叶兴阳Yeh

双语音标有声读物

叶兴阳

双音阅读英语教育创始人

双语音标阅读创始人

注音阅读英语教育之父

注音阅读英语教育之父

叶兴阳双语音标有声读物

双语对照 · 音标注音 · 有声同步

编者：*叶兴阳*

内容来源：*公共领域英文原著*

适用对象：*英语学习者、教师、研究者*

版本日期：*2025 年*

目录

共 1 个章节

1. 节俭生活：一个悖论(the Frugal Life A Paradox) 000001

使用说明

- 本目录为大字打印优化版本，正文字号 18pt，适合纸质阅读
- 电子版请访问对应 HTML 文件，支持语音播放功能
- 建议双面打印，左侧留白已优化，便于装订
- 章节标题已按字母顺序排列，便于快速查找

节俭生活：一个悖论(The Frugal Life A Paradox)

[ðə; ði]['fruːg(ə)l] [laɪf] .
The Frugal Life .
这 节俭 生活 .

节俭生活。

“ [ðæt] [ə; eɪ] [sper] ['daɪət][ɪz]
“ That a Spare Diet is
“ 那 一个 空闲的 饮食 是

“这种节食方式是……”

['betər] [ðæn; ðən][ə; eɪ]['splendɪd]
better than a splendid
更好的 比 一个 灿烂

比辉煌的

[ænd; ənd] ['sʌmptʃuəs] .
and sumptuous .
和 豪华 .

而且非常奢华。

” [ə; eɪ]['pærədɑːks] :
” A PARADOX :
” 一个 悖论 :

”一个悖论：

[baɪ] - ['lændoʊ] , [em] . [diː] . - .
By Ortensio Lando , M . D . 1543 .
经过 - 兰多 , M . D . - .

作者：Ortensio Lando，MD1543。

[wɪð; wɪθ] [ˌɪntrə'dʌkʃ(ə)n]
With Introduction
和 介绍

引言

[baɪ] . . . .
by . . . .
经过 . . . .

经过 ....

['wɪljəm] [iː] . [ə; eɪ] . ['æksɑːn] .
WILLIAM E . A . AXON .
威廉 E . 一个 . 轴突 .

威廉·E·A·阿克森。

['mæntʃestər] . - .
MANCHESTER . 1899 .
曼彻斯特 . - .

曼彻斯特，1899年。

[[ˌpiː 'dʒiː][ˌtuː'tuː]]
[Pg 2]
[页 2]

[第2页]

[ðə; ði]['pærədɑ:ks][ʌv; əv][ə; eɪ]['fru:g(ə)l] [laɪf] .

THE	PARADOX	OF	A	FRUGAL	LIFE	.
这	悖论	的	一个	节俭	生活	.

节俭生活的悖论。

[ˌɪntrə'dʌkʃ(ə)n] .

INTRODUCTION	.
介绍	.

介绍。

[ðə; ði] ['frendʃɪp] [ʌv; əv] ['nɪkələs] [fɜ'ɑ:r] , [ðə; ði] [hed] [ʌv; əv][ðə; ði][rɪ'mɑ:rkəb(ə)l] ['haʊshoʊld] [æt; ət]

THE	friendship	of	Nicholas	Ferrar	,	the	head	of	the	remarkable	household	at
这	友谊	的	尼古拉斯	费拉尔	,	这	头	的	这	卓越	家庭	在

['lɪt(ə)l] ['gɪdɪŋ] ,

Little	Gidding	,
小的	吉丁	,

尼古拉斯·费拉尔（Nicholas Ferrar）是利特尔吉丁（Little Gidding）这个非凡家族的主人，他与费拉尔的友谊.....

[ænd; ənd][ʌv; əv][ðə; ði] ['seɪntli] [dʒɔ:rdʒ] ['hɜ:rbərt] , [ɪz][ə; eɪ] ['plez(ə)nt] ['epɪsoʊd][ʌv; əv] [ˌsev(ə)n'ti:nθ]

and	of	the	saintly	George	Herbert	,	is	a	pleasant	episode	of	seventeenth
和	的	这	圣洁的	乔治	赫伯特	,	是	一个	令人愉快的	插曲	的	第十七

['sentʃəri] ['hɪstri; 'hɪstəri] .

century	history	.
世纪	历史	.

圣人乔治·赫伯特的故事，是十七世纪历史上一个令人愉快的插曲。

[wʌn][ʌv; əv][ɪts] [rɪ'zʌlts] [wʌz; wəz][ðə; ði] [ə'pɪrəns] [æt; ət] ['keɪmbrɪdʒ] [ɪn] - [ʌv; əv][ə; eɪ]['lɪt(ə)l]

One	of	its	results	was	the	appearance	at	Cambridge	in	1634	of	a	little
一	的	它是	结果	曾是	这	外貌	在	剑桥	在	-	的	一个	小的

['vɑ:ljəm] , [ɪn'taɪtld] “ - .

volume	,	entitled	“	Hygiasticon	.
体积	,	标题	“	-	.

其中一项成果是 1634 年在剑桥出版了一本名为《Hygiasticon》的小册子。

” [ðɪs] [kən'teɪnz][ə; eɪ][trænz'leɪʃ(ə)n] , [bi'li:vd] [tu:; tə][bi:; bi][baɪ] [fɜ'ɑ:r] ,

”	This	contains	a	translation	,	believed	to	be	by	Ferrar	,
”	这	包含	一个	翻译	,	相信	到	是	经过	费拉尔	,

“这其中包含一段译文，据信出自费拉尔之手。”

[ʌv; əv][ðə; ði] ['tri:tɪs] [ɑ:n][ˌdaɪə'tetɪks][baɪ][ðə; ði] ['lɜ:rnɪd] ['dʒeʒʊɪt] , ['lenərd] [lɛsi:ɪs] ,

of	the	treatise	on	dietetics	by	the	learned	Jesuit	,	Leonard	Lessius	,
的	这	论文	在	营养学	经过	这	学习	耶稣会	,	伦纳德	莱修斯	,

出自博学的耶稣会士伦纳德·莱修斯所著的营养学专著

[dʒɔ:rdʒ] ['hɜ:bɜts] ['vɜ:rʒ(ə)n][ʌv; əv][lu:'i:dʒi] - [bʊk] [ɑ:n] [lɔ:ŋ] [laɪf] ,

George	Herbert's	version	of	Luigi	Cornaro's	book	on	Long	Life	,
乔治	赫伯特的	版本	的	路易吉	-	书	在	长的	生活	,

乔治·赫伯特改编自路易吉·科尔纳罗关于长寿的著作

[ænd; ənd] “ [ə; eɪ] ['dɪskɔ:rs] [trænz'leɪtəd, træn'sleɪtɪd][aʊt][ʌv; əv][ɪ'tæliən][ðæt][ə; eɪ] [sper] ['daɪət][ɪz] ['betər]

and	“	A	discourse	translated	out	of	Italian	that	a	spare	diet	is	better
和	“	一个	话语	翻译	出去	的	意大利语	那	一个	空闲的	饮食	是	更好的

[ðæn; ðən][ə; eɪ]['splendɪd][ænd; ənd] ['sʌmptʃuəs] .

than	a	splendid	and	sumptuous	.
比	一个	灿烂	和	豪华	.

“一段从意大利语翻译过来的论述认为，节俭的饮食比丰盛奢华的饮食更好。

" [ðɪs] ['vɜːrʒ(ə)n][wʌz; wəz] [meɪd] [baɪ][wʌn] [huːz] [i'niʃəls] , [tiː] . [es] . , [hæv; həv][nɑːt] [bɪn] [dɪ'saɪfəd]

"	This	version	was	made	by	one	whose	initials	,	T	.	S	.	,	have	not	been	deciphered
"	这	版本	曾是	制成	经过	一	谁	首字母	,	T	.	S	.	,	有	不是	到过	已破译

.

:

.

"这个版本是由一位姓名首字母为 TS 的人制作的，但其姓名首字母尚未被破解。"

[ðə; ði] [neɪm] [ʌv; əv][ðə; ði][ə'rɪdʒən(ə)l] ['ɔːθər] [wʌz; wəz] ['iːkwəli] [ˌʌn'noʊn] [tuː; tə] [ˌbɪbli'ɑːgrəfər] .

The	name	of	the	original	author	was	equally	unknown	to	bibliographers	.
这	姓名	的	这	原来的	作者	曾是	同样地	未知	到	书目编纂者	.

原作者的名字同样不为书目学家所知。

[ˌaɪ 'tiː][ɪz] , [ɪn][fækt] , [ðə; ði] ['twenti] - [fɔːrθ] [ʌv; əv][ðə; ði] " - " ['prɪntɪd] [æt; ət]['laɪənz][ɪn] -

It	is	,	in	fact	,	the	twenty	-	fourth	of	the	"	Paradossi	"	printed	at	Lyons	in	1543
它	是	,	在	事实	,	这	二十	-	第四	的	这	"	-	"	打印	在	莱昂斯	在	-

.

:

.

事实上，这是 1543 年在里昂印刷的《帕拉多西》系列的第二十四部。

[ðɪs] [bʊk] , [ɔːl'ðoʊ] [ˌaɪ 'tiː][hæz; həz][noʊ] ['ɔθɝz] [neɪm] [ə'tætʃt] ,

This	book	,	although	it	has	no	author's	name	attached	,
这	书	,	虽然	它	有	不	作者的	姓名	随附的	,

这本书虽然没有署名作者，

[ɪz] [noʊn] [tuː; tə][biː; bi][ðə; ði] [prə'dʌkʃn] [ʌv; əv] - ['lændoʊ] ,

is	known	to	be	the	production	of	Ortensio	Lando	,
是	已知	到	是	这	生产	的	-	兰多	,

据悉，该作品由奥滕西奥·兰多制作。

['sʌmtaɪmz] [noʊn] [baɪ][hɪz; ɪz] ['lætn] [neɪm] [ʌv; əv] [hɔːr'tɛnʃəs] [træŋkwɪləs] .

sometimes	known	by	his	Latin	name	of	Hortensius	Tranquillus	.
有时	已知	经过	他的	拉丁	姓名	的	霍尔滕修斯	宁静	.

有时也称其拉丁名 Hortensius Tranquillus。

[hiː; hi][wʌz; wəz][bɔːrn][æt; ət][mɪ'læn][ə'baʊt][ðə; ði][end][ʌv; əv][ðə; ði] [ˌfɪf'tiːnθ] ['sentʃəri] ,

He	was	born	at	Milan	about	the	end	of	the	fifteenth	century	,
他	曾是	出生	在	米兰	关于	这	结尾	的	这	第十五	世纪	,

他大约在十五世纪末出生于米兰。

[ænd; ənd][daɪd][æt; ət] ['venɪs] [ə'baʊt] - .

and	died	at	Venice	about	1553	.
和	死亡	在	威尼斯	关于	-	.

约于 1553 年在威尼斯去世。

[hiː; hi][wʌz; wəz][ə; eɪ]['grædʒuət; 'grædʒuˌeɪt][ɪn]['medɪs(ə)n][ʌv; əv][ðə; ði][ˌjuːnɪ'vɜːrsəti][ʌv; əv][bə'loʊnjə] ,

He	was	a	graduate	in	medicine	of	the	University	of	Bologna	,
他	曾是	一个	毕业	在	药品	的	这	大学	的	博洛尼亚	,

他毕业于博洛尼亚大学医学院。

[ænd; ənd][fɔːr; fər] ['jɪrz] [led][ðə; ði][laɪf][ʌv; əv][ə; eɪ] ['wɑːndərɪŋ] ['skɑːlər] ,

and	for	years	led	the	life	of	a	wandering	scholar	,
和	为了	年	引领	这	生活	的	一个	漫游	学者	,

多年来，他过着游方学者的生活。

[bʌt; bət]['faɪnəli] ['setld] [æt; ət] ['venɪs] [wer] [hiː; hi][daɪd] .

but	finally	settled	at	Venice	where	he	died	.
但	最后	定居	在	威尼斯	在哪里	他	死亡	.

但最终定居威尼斯，并在那里去世。

[hiː; hi][wʌz; wəz][ðə; ði] ['ɔːθər] [ʌv; əv]['fɪfti][ɔːr] [mɔːr] [bʊks] . [[ə; eɪ]] [ðɪs] [ˌsev(ə)n'tiːnθ] ['sentʃəri]

He	was	the	author	of	fifty	or	more	books	.	[	A	]	This	seventeenth	century
他	曾是	这	作者	的	五十	或者	更多的	图书	.	[	一个	]	这	第十七	世纪

['vɜːrʒ(ə)n][ʌv; əv]['læn.doʊz]['pærədɑːks] [waɪlst] [nɑːt] ['sleɪvɪʃ] ,

version	of	Lando's	paradox	whilst	not	slavish	,
版本	的	兰多的	悖论	而	不是	奴隶	,

他著有五十多本书。[A] 十七世纪对兰多悖论的诠释虽然并非完全照搬，

[meɪks] [æn; ən] ['eksələnt] [ˌpriːz(ə)n'teɪʃ(ə)n][ʌv; əv][ðə; ði]['spɪrɪt][ænd; ənd][eɪm][ʌv; əv][ðə; ði][ə'rɪdʒən(ə)l] .

makes	an	excellent	presentation	of	the	spirit	and	aim	of	the	original	.
制作	一个	出色的	推介会	的	这	精神	和	目的	的	这	原来的	.

对原作的精神和目的进行了精彩的诠释。

[ɪn][ðə; ði] [fjuː] ['pleɪsɪz] [wer] [ðə; ði] ['ɪŋglɪʃ] ['raɪtər] [hæz; həz]['æmplɪfaɪd][ðə; ði] [ə'dɪʃən(ə)l] ['mætər] [ɪz]

In	the	few	places	where	the	English	writer	has	amplified	the	additional	matter	is
在	这	很少	地方	在哪里	这	英语	作家	有	放大	这	额外的	事情	是

['noʊtwɜːrði] .

noteworthy	.
值得注意	.

在少数几处英国作者加以补充的地方，补充的内容值得注意。

[ˌaɪ 'tiː][hæz; həz] , ['ðerfɔːr] , [bɪn] [θɔːt] [sə'fɪʃ(ə)nt] [tuː; tə] ['mɔdənaiz] [ðə; ði] ['spelɪŋ] , ['mɑːdɪfaɪ]

It	has	,	therefore	,	been	thought	sufficient	to	modernise	the	spelling	,	modify
它	有	,	所以	,	到过	想法	充足的	到	现代化	这	拼写	,	调整

[ðə; ði] [ə'reɪndʒmənt] [ænd; ənd][ˌpʌŋktʃu'eɪʃ(ə)n] ,

the	arrangement	and	punctuation	,
这	安排	和	标点	,

因此，人们认为只需对拼写进行现代化处理，修改排版和标点符号即可。

[ænd; ənd] ['sʌbstɪtuːt] [hɪr] [ænd; ənd][ðer; ðər][ə; eɪ]['mɑːdərn][wɜːrd][fɔːr; fər][wʌn] [ðæt] ['saʊndɪd] [les]

and	substitute	here	and	there	a	modern	word	for	one	that	sounded	less
和	代替	这里	和	那里	一个	现代的	单词	为了	一	那	听起来	较少的

[kruːd] [ɪn][ðə; ði] [ˌsev(ə)n'tiːnθ] [ðæn; ðən][ɪn][ðə; ði] [ˌnaɪn'tiːnθ] ['sentʃəri] .

crude	in	the	seventeenth	than	in	the	nineteenth	century	.
原油	在	这	第十七	比	在	这	第十九	世纪	.

并且时不时地用现代词汇替换一些在十七世纪听起来比十九世纪更不粗俗的词汇。

[[ˌpiː 'dʒiː][θriː]]

[	Pg	3	]
[	页	3	]

[第3页]

[wen] [ə; eɪ] ['skɑːlər] , [sʌtʃ] [æz; əz] - ['lændoʊ][wʌz; wəz] ,

When	a	scholar	,	such	as	Ortensio	Lando	was	,
什么时候	一个	学者	,	这样的	作为	-	兰多	曾是	,

当一位学者，例如奥滕西奥·兰多，

[ˌʌndə'teiks] [tuː; tə] [dɪ'fend] ['pærədɒksɪz][hiː; hi][ɪz][nɑːt]['ɔːlweɪz] [tuː; tə][biː; bi]['teɪkən] [tuː] ['sɪriəsli] ,

undertakes	to	defend	paradoxes	he	is	not	always	to	be	taken	too	seriously	,
承担	到	保卫	悖论	他	是	不是	总是	到	是	已采取	也	严重地	,

他致力于捍卫悖论，因此他的观点并非总是值得认真对待的。

[bʌt; bət][ɪn] [ðɪs] [preɪz] [ʌv; əv]['fruːg(ə)l][laɪf][ænd; ənd]['sɪmp(ə)l]['daɪət][ðer; ðər][ɪz][æn; ən]['æksent][ʌv; əv]

but	in	this	praise	of	frugal	life	and	simple	diet	there	is	an	accent	of
但	在	这	称赞	的	节俭	生活	和	简单的	饮食	那里	是	一个	口音	的

[sɪn'serəti] [ðæt] ['kæriz] [kən'vɪkʃn] .

sincerity	that	carries	conviction	.
诚意	那	携带	定罪	.

但是，在对节俭生活和简单饮食的赞扬中，有一种真诚的语气，令人信服。

['wɪljəm] [iː] . [ə; eɪ] . ['æksɑːn] .
William E . A . Axon .
威廉 E . 一个 . 轴突 .

威廉·E·A·阿克森。

[ðæt] [ə; eɪ] [sper] ['daɪət][ɪz] ['betər] [ðæn; ðən][ə; eɪ] ['splendɪd]
THAT A SPARE DIET IS BETTER THAN A SPLENDID
那 一个 空闲的 饮食 是 更好的 比 一个 灿烂

节食胜过丰盛的饮食

[ænd; ənd] ['sʌmptʃuəs] — [ə; eɪ]['pærədɑːks] .
AND SUMPTUOUS — A PARADOX .
和 豪华 — 一个 悖论 .

奢华——一个悖论。

[aɪ] ['verɪli] [bɪ'liːv] , [haʊ'evər] [aɪ][hæv; həv]['taɪtld] [ðɪs] [ə'pɪnjən] ,
I verily believe , however I have titled this opinion ,
我 确实 相信 , 然而 我 有 标题 这 观点 ,

但我确实相信，尽管我已将此观点命名为……

[jet] [ˌaɪ 'tiː] [wɪl] [baɪ][noʊ] [miːnz] [biː; bi] [ə'laʊd] [fɔːr; fər][ə; eɪ]['pærədɑːks][baɪ][ə; eɪ] ['nʌmbər] [ʌv; əv] [ðoʊz]
yet it will by no means be allowed for a Paradox by a number of those
然而 它 将要 经过 不 方法 是 允许 为了 一个 悖论 经过 一个 数字 的 那些
,
,
,

然而，其中一些人绝不会允许出现悖论。

[huːz] ['dʒʌdʒmənt] [ɔːt] [tuː; tə] [ber] [ðə; ði] ['gretɪst] [sweɪ] .
whose judgement ought to bear the greatest sway .
谁 判断 应该 到 熊 这 最 摇摆 .

谁的判断应该具有最大的影响力。

[ænd; ənd] , [tuː; tə] [spiːk] ['friːli] , [ˌaɪ 'tiː] [wʊd] [siːm] [tuː; tə][ˌem 'iː] ['veri] [ʌn'kuːθ] ,
And , to speak freely , it would seem to me very uncouth ,
和 , 到 说话 自由 , 它 会 似乎 到 我 非常 粗野 ,

坦白地说，我觉得这非常粗鲁。

[ðæt] ['eni] [mæn] [ðæt] [meɪks] [ə; eɪ] [prə'feʃ(ə)n] [ʌv; əv] [mɔːr] [ˌʌndər'stændɪŋ] [ðæn; ðən][ə; eɪ] [biːst] ,
that any man that makes a profession of more understanding than a beast ,
那 任何 男人 那 制作 一个 职业 的 更多的 理解 比 一个 兽 ,

任何自称比野兽更有见识的人，

[ʃʊd; ʃəd]['oʊpən][hɪz; ɪz] [maʊθ] [tuː; tə][ðə; ði] ['kɑːntreri] ,
should open his mouth to the contrary ,
应该 打开 他的 嘴 到 这 相反 ,

他应该开口反驳，

[ɔːr] [meɪk] ['eni] ['skruːp(ə)l][æt; ət][ɔːl][ʌv; əv] ['redɪli] [səb'skraibɪŋ] [tuː; tə][ðə; ði] [truːθ] [ænd; ənd] ['evɪdəns]
or make any scruple at all of readily subscribing to the truth and evidence
或者 制作 任何 顾忌 在 全部 的 容易 订阅 到 这 真相 和 证据
[ʌv; əv] [ðɪs] [pə'zɪʃ(ə)n] ,
of this position ,
的 这 位置 ,

或者对欣然接受这一立场的真理和证据有任何丝毫犹豫，

[ðæt] [ə; eɪ]['fruːg(ə)l][ænd; ənd]['sɪmp(ə)l]['daɪət][ɪz] [mʌtʃ] ['betər] [ðæn; ðən][ə; eɪ] [fʊl] [ænd; ənd] ['deɪnti] .
that a frugal and simple diet is much better than a full and dainty .
那 一个 节俭 和 简单的 饮食 是 很多 更好的 比 一个 满的 和 纤巧 .

节俭简单的饮食比丰盛精致的饮食好得多。

[tel] [ˌem 'iː] , [juː; jʊ] [ðæt] [siːm] [tuː; tə] [dɪ'mɜːr] [ɑːn] [ðə; ði] ['bɪznəs] ,

Tell	me	,	you	that	seem	to	demur	on	the	business	,
告诉	我	,	你	那	似乎	到	异议	在	这	商业	,

告诉我，那些对这门生意似乎有所顾虑的人，

['weðər] [ə; eɪ] ['soʊbər] [ænd; ənd] [ɔː'stɪr] ['daɪət] [səːvz] [nɑːt] , [wɪ'ðaʊt] ['fɜːrðər] [help] ,

whether	a	sober	and	austere	diet	serves	not	,	without	further	help	,
无论	一个	清醒	和	简朴	饮食	服务	不是	,	没有	更远	帮助	,

如果仅靠节制和清淡的饮食没有效果，而没有其他帮助，

[tuː; tə] [tʃeɪs] [ə'weɪ] [ðæt] ['rækɪŋ] ['hjuːmər] [ʌv; əv] [ðə; ði] [gaʊt] ,

to	chase	away	that	racking	humour	of	the	gout	,
到	追赶	离开	那	货架	幽默	的	这	痛风	,

为了驱散痛风带来的那种令人痛苦的幽默感，

[wɪtʃ] [baɪ] [ɔːl] ['ʌðər] ['hɛlps] [ðæt] [kæn; kən] [biː; bi] [juːst] , [skers] [rə'siːvz, rɪ'siːvz, riː'siːvz] ['eni] [ˌmɪtɪ'geɪʃn]

which	by	all	other	helps	that	can	be	used	,	scarce	receives	any	mitigation
哪个	经过	全部	其他	帮助	那	能	是	用过的	,	稀少	接收	任何	减轻

[æt; ət] [ɔːl] ;

at	all	;
在	全部	;

尽管可以使用其他各种帮助，但稀缺性却丝毫没有得到任何缓解；

[bʌt; bət] , [duː] [wʌt] [kæn; kən] [biː; bi] [dʌn] , [laɪz] [tɔːr'mentɪŋ] [ðə; ði] ['bɑːdi] , [tɪl] [ˌaɪ 'tiː] [hæv; həv] [spent]

but	,	do	what	can	be	done	,	lies	tormenting	the	body	,	till	it	have	spent
但	,	做	什么	能	是	完毕	,	谎言	折磨	这	身体	,	直到	它	有	花费

[ɪt'self] .

itself	.
本身	.

但是，尽一切可能，谎言折磨着身体，直到它精疲力竭。

[tel] [ˌem 'iː] ['weðər] [ðɪs] ['hoʊli] ['medɪs(ə)n] [sɜːrv] [nɑːt] [tuː; tə] [ðə; ði] ['draɪvɪŋ] [ə'weɪ] [ʌv; əv] ['hedeɪk] ,

Tell	me	whether	this	holy	medicine	serve	not	to	the	driving	away	of	headache	,
告诉	我	无论	这	圣	药品	服务	不是	到	这	驾驶	离开	的	头痛	,

请问这种圣药是否能有效驱除头痛？

[tuː; tə] [ðə; ði] [kjʊr] [ʌv; əv] ['dɪzɪnəs] , [tuː; tə] [ðə; ði] ['stɑːpɪŋ] [ʌv; əv] [ruːm] , [tuː; tə] [ðə; ði] [steɪ] [ʌv; əv]

to	the	cure	of	dizziness	,	to	the	stopping	of	rheums	,	to	the	stay	of
到	这	治愈	的	头晕	,	到	这	停止	的	风湿病	,	到	这	停留	的

[fluːks] ,

flukes	,
吸虫	,

可用于治疗眩晕、止风湿、止吸虫病。

[tuː; tə] [ðə; ði] ['getɪŋ] [ə'weɪ] [ʌv; əv] ['loʊðsəm] [dɪ'ziːzɪz] , [tuː; tə] [ðə; ði] ['friːdəm] [frʌm; frəm] [dɪs'ɑːnɪst]

to	the	getting	away	of	loathsome	diseases	,	to	the	freedom	from	dishonest
到	这	获得	离开	的	令人厌恶的	疾病	,	到	这	自由	从	不诚实

[bɛltʃɪŋz] ,

belchings	,
打嗝	,

摆脱令人厌恶的疾病，免于虚伪的打嗝，

[tuː; tə] [ðə; ði] [prɪ'venʃn] [ʌv; əv] ['eɪgjuː] , [ænd; ənd] , [ɪn] [ə; eɪ] [wɜːrd] ,

to	the	prevention	of	agues	,	and	,	in	a	word	,
到	这	预防	的	疟疾	,	和	,	在	一个	单词	,

为了预防疟疾，总之，

[tuː; tə] [ðə; ði] ['klɪrɪŋ] [ænd; ənd] ['dreɪnɪŋ] [ʌv; əv] [ɔːl] [ɪl] ['hjuːmər] [ˌwʌtsoʊ'evər] [ɪn] [ðə; ði] ['bɑːdi] .

to	the	clearing	and	draining	of	all	ill	humours	whatsoever	in	the	body	.
到	这	清理	和	排水	的	全部	患病的	体液	任何	在	这	身体	.

清除体内一切有害体液。

[nɔːr][duː][ðə; ði] ['benɪfɪts] [ˌðer'ʌv] [steɪ] ['oʊnli][ɪn][ðə; ði]['bɑːdi] ,

Nor	**do**	**the**	**benefits**	**thereof**	**stay**	**only**	**in**	**the**	**body**	**,**
也不	做	这	好处	其中	停留	仅有的	在	这	身体	,

而且，这些益处并不仅限于体内。

[bʌt; bət] [ə'send] ['laɪkwaɪz] [tuː; tə][ðə; ði] ['pɜːrfɪkt] [ʌv; əv][ðə; ði][soʊl] [ɪt'self] : [fɔːr; fər] [haʊ] ['mænɪfest][ɪz]

but	**ascend**	**likewise**	**to**	**the**	**perfecting**	**of**	**the**	**soul**	**itself**	**:**	**for**	**how**	**manifest**	**is**
但	上升	同样地	到	这	完善	的	这	灵魂	本身	:	为了	如何	显现	是

[ˌaɪ 'tiː] ,

it	**,**
它	,

但同样地，也能达到灵魂本身的完善：因为这一点是多么显而易见啊，

[ðæt] [θruː] [ə; eɪ]['soʊbər][ænd; ənd] [strɪkt] ['daɪət] , [ðə; ði][maɪnd][ænd; ənd][ɔːl][ðə; ði] ['fækltiz] [ˌðer'ʌv]

that	**through**	**a**	**sober**	**and**	**strict**	**diet**	**,**	**the**	**mind**	**and**	**all**	**the**	**faculties**	**thereof**
那	通过	一个	清醒	和	严格的	饮食	,	这	头脑	和	全部	这	学院	其中

[bɪ'kʌm] ['weɪkɪŋ] ,

become	**waking**	**,**
变得	醒来	,

通过严格的饮食，人的心智及其所有机能都会变得清醒。

[kwɪk] , [ænd; ənd] ['tʃɪrf(ə)l] , [haʊ] [ɪz][ðə; ði][wɪt] ['ʃaːpənd] , [ðə; ði] [ˌʌndər'stændɪŋ] ['sɒlɪˌdeɪtɪd] , [ðə; ði]

quick	**,**	**and**	**cheerful**	**,**	**how**	**is**	**the**	**wit**	**sharpened**	**,**	**the**	**understanding**	**solidated**	**,**	**the**
快的	,	和	快乐	,	如何	是	这	有	锋利	,	这	理解	凝固	,	这

[ə'fekʃənz] ['tempərd] ,

affections	**tempered**	**,**
情感	淬火	,

机敏而快乐，智慧如何得到磨砺，理解力如何得到巩固，情感如何得到调和?

[ænd; ənd] , [ɪn][ə; eɪ][wɜːrd] , [ðə; ði] [hoʊl] [soʊl][ænd; ənd]['spɪrɪt][ʌv; əv][ə; eɪ][mæn] [friːd] [frʌm; frəm]

and	**,**	**in**	**a**	**word**	**,**	**the**	**whole**	**soul**	**and**	**spirit**	**of**	**a**	**man**	**freed**	**from**
和	,	在	一个	单词	,	这	所有的	灵魂	和	精神	的	一个	男人	自由	从

[enˈkʌmbrənsɪz] ,

encumbrances	**,**
债务	,

总之，就是一个人摆脱了所有束缚后的整个灵魂和精神。

[ænd; ənd] [meɪd] [æpt][ænd; ənd]['ekspədaɪt][fɔːr; fər][ðə; ði] [ˌæprɪ'henʃn] [ʌv; əv]['wɪzdəm] , [ænd; ənd][ðə; ði]

and	**made**	**apt**	**and**	**expedite**	**for**	**the**	**apprehension**	**of**	**wisdom**	**,**	**and**	**the**
和	制成	易于	和	加快	为了	这	忧虑	的	智慧	,	和	这

[ɛm'breɪsmənt] [ʌv; əv]['vɜːrtʃuː] ?

embracement	**of**	**virtue**	**?**
拥抱	的	美德	?

并且是否适合且便于领悟智慧、拥抱美德?

[ðə; ði] ['eɪnʃənt] ['seɪdʒɪz] , [wɜːr; wər] , [aɪ][ˌeɪ 'em] [ʃʊr] , [ʌv; əv] [ðɪs] [ə'pɪnjən] ;

The	**ancient**	**sages**	**,**	**were**	**,**	**I**	**am**	**sure**	**,**	**of**	**this**	**opinion**	**;**
这	古老的	智者	,	是	,	我	是	当然	,	的	这	观点	;

我相信，古代的圣贤们也是持这种观点的;

[ænd; ənd]['pleɪtoʊ][ɪn][pər'tɪkjələr] [meɪd] ['noʊtəb(ə)l] [rɪ'mɑːnstrəns] [ʌv; əv][ˌaɪ 'tiː] ; [wen] [ə'pɑːn][hɪz; ɪz]

and	**Plato**	**in**	**particular**	**made**	**notable**	**remonstrance**	**of**	**it**	**;**	**when**	**upon**	**his**
和	柏拉图	在	特别的	制成	值得注意的	抗议	的	它	;	什么时候	之上	他的

['kʌmɪŋ] ['ɪntuː] ['sisili] [frʌm; frəm] ['æθənz] ,

coming	**into**	**Sicily**	**from**	**Athens**	**,**
未来	进入	西西里岛	从	雅典	,

柏拉图尤其对此提出了显著的反对意见；当他从雅典来到西西里岛时，

[hiː; hi][dɪd][soʊ] ['bɪtərli] [kən'dem] [ðə; ði] [teiblz] , [wɪtʃ] ['biːɪŋ] ['fɜːrnɪʃt] [wɪð; wɪθ]

he	did	so	bitterly	condemn	the	Syracusian	tables	,	which	being	furnished	with
他	做过	所以	苦涩地	谴责	这	锡拉库萨人	表格	,	哪个	存在	提供	和

['preʃəs] [ænd; ənd] ['deɪnti] [keɪts] ,

precious	and	dainty	cates	,
宝贵的	和	纤巧	猫	,

他因此对叙拉古人的餐桌进行了严厉的谴责，因为这些餐桌上摆放着珍贵精致的餐具。

[prə'voʊkɪŋ] ['sɔːsɪz] ,

provoking	sauces	,
挑衅	酱汁	,

刺激性酱汁，

[[ˌpiː 'dʒiː][fɔːr]]

[	Pg	4	]
[	页	4	]

[第4页]

[ænd; ənd] [rɪtʃ] [waɪnz] , [sent] [ə'weɪ] [ðer; ðər] [gests] [twaɪs] [ə; eɪ] [deɪ] [fʊl] [ʌv; əv] [gʊd] [tʃɪr] .

and	rich	wines	,	sent	away	their	guests	twice	a	day	full	of	good	cheer	.
和	富有的	葡萄酒	,	发送	离开	他们的	客人	两次	一个	天	满的	的	好的	欢呼	.

还有醇香的美酒，每天两次款待宾客，让宾客们带着愉悦的心情离开。

[bʌt; bət] [wʌt] [wʊdst] [ðaʊ] [hæv; həv] [sed] , [oʊ] , ['pleɪtoʊ] !

But	what	wouldst	thou	have	said	,	oh	,	Plato	!
但	什么	会	你	有	说	,	哦	,	柏拉图	!

但是，柏拉图啊，你会怎么说呢！

[ɪf] [ðaʊ] [hædst][pər'hæps] ['laɪtɪd] [ə'pɑːn] [sʌtʃ] [æz; əz][wiː; wi] ['krɪstʃənz] ['naʊədeɪz] [ɑːr; ər] ; [ə'mʌŋst]

if	thou	hadst	perhaps	lighted	upon	such	as	we	Christians	nowadays	are	;	amongst
如果	你	哈斯特	也许	照明	之上	这样的	作为	我们	基督徒	如今	是	;	在

[huːm] ,

whom	,
谁	,

如果你曾有机会接触到我们当今的基督徒，其中，

[hiː; hi] [ðæt] [iːts] [bʌt; bət] [tuː] [gʊd] [miːlz] [ə; eɪ] [deɪ] , [æz; əz][wiː; wi][tɜːrm][ðem; ðəm] ,

he	that	eats	but	two	good	meals	a	day	,	as	we	term	them	,
他	那	吃	但	二	好的	餐	一个	天	,	作为	我们	学期	他们	,

每天只吃两顿我们称之为"好饭"的人，

[boʊsts] [hɪm'self] , [ænd; ənd] , [ɪz] [ə'plɔːd] [baɪ] ['ʌðər] [fɔːr; fər][ə; eɪ]['pɜːrs(ə)n][ʌv; əv] [greɪt]

boasts	himself	,	and	,	is	applauded	by	others	for	a	person	of	great
吹嘘	他自己	,	和	,	是	鼓掌	经过	其他的	为了	一个	人	的	伟大的

['tempərəns] [ænd; ənd]['sɪŋgjələr] [gʊd] ['daɪət] ?

temperance	and	singular	good	diet	?
节制	和	单数	好的	饮食	?

他自诩节制自律，并因其独特的饮食习惯而受到他人称赞？

[ˌʌn'daʊtli] , ['aʊər; ɑːr] [ɪk'strævəgəns] [ɪn] [ðɪs] ['mætər] , ['hævɪŋ] ['ædɪd] ['prəʊˌlɔːgz] [ʌv; əv] ['brekfəsts] ,

Undoubtly	,	our	extravagance	in	this	matter	,	having	added	prologues	of	breakfasts	,
毫无疑问	,	我们的	奢侈	在	这	事情	,	拥有	额外	序言	的	早餐	,

['ɪntəˌluːdz] [ʌv; əv] ['bæŋkwɪt] ,

interludes	of	banquets	,
插曲	的	宴会	,

毫无疑问，我们在这一问题上的铺张浪费，包括增加早餐序幕和宴会间奏，

['epəˌlɔ:gz] [ʌv; əv] [rɪr] - ['sʌpəz] [tu:; tə][ðə; ði]['kɑ:mədi] [wʊd] [hæv; həv] [kɔ:zd] [ði:] [tu:; tə][tɜ:rn][ðaɪ]
epilogues **of** **rere** **-** **suppers** **to** **the** **comedy** **would** **have** **caused** **thee** **to** **turn** **thy**
尾声 的 再 - 晚餐 到 这 喜剧 会 有 导致 你 到 转动 你的
[dɪ'vaɪn] ['eləkwəns] [tu:; tə][ðə; ði] [preɪz] [ʌv; əv] [ðoʊz] - ['glʌtnz] ,
divine **eloquence** **to** **the** **praise** **of** **those** **Syracusion** **gluttons** **,**
神圣的 口才 到 这 称赞 的 那些 - 贪食者 ,

喜剧结尾的续宴会让你用你那神圣的雄辩来赞美叙拉古那些贪婪之徒。

[wɪtʃ] , [ɪn] [rɪ'spekt] [ʌv; əv]['aʊər; ɑ:r]['ju:sədʒəz, 'ju:sɪdʒɪz][ænd; ənd] ['kʌstəmz] , [maɪt] [si:m] [greɪt]
which **,** **in** **respect** **of** **our** **usages** **and** **customs** **,** **might** **seem** **great**
哪个 , 在 尊重 的 我们的 用法 和 海关 , 可能 似乎 伟大的
['mæstərz][ʌv; əv] ['tempərəns] .
masters **of** **temperance** **.**
大师 的 节制 .

从我们的习俗和习惯来看，他们似乎是节制的典范。

[neɪ] , ['veri] [ˌepɪ'kjʊrəs][hɪm'self] , [haʊ'evər] , [hi:; hi] [meɪ] [θæŋk] ['tʌliz] ['slændərs] ,
Nay **,** **very** **Epicurus** **himself** **,** **however** **,** **he** **may** **thank** **Tully's** **slanders** **,**
不 , 非常 伊壁鸠鲁 他自己 , 然而 , 他 可能 感谢 塔利 诽谤 ,

不，他本人或许很像伊壁鸠鲁，但他可能反而要感谢塔利的诽谤。

[hɪz; ɪz] [neɪm] [ɪz] [bɪ'kʌm] [ɪn] [ðɪs] [rɪ'gɑ:rd][soʊ] ['ɪnfəməs] ,
his **name** **is** **become** **in** **this** **regard** **so** **infamous** **,**
他的 姓名 是 变得 在 这 看待 所以 臭名昭著的 ,

他的名字因此臭名昭著。

[jet] [pleɪst] [hɪz; ɪz] [tʃi:f] [dɪ'laɪt] [ðɪs] [weɪ] [ɪn][noʊ] ['greɪtər] ['deɪntiz] [ðæn; ðən] ['seɪvəri] [hɜ:rb] ,
yet **placed** **his** **chief** **delight** **this** **way** **in** **no** **greater** **dainties** **than** **savoury** **herbs** **,**
然而 放置 他的 首席 喜 这 方式 在 不 更大的 精致小点心 比 咸味的 草药 ,
[ænd; ənd] [freʃ] [tʃi:z] .
and **fresh** **cheese** **.**
和 新鲜的 奶酪 .

然而，他最大的乐趣却体现在美味香草和新鲜奶酪上。

[bʌt; bət][aɪ] [wʊd] [feɪn][wʌns][ˌʌndər'stænd][frʌm; frəm] [ði:z] ['glʌtnz] , [ðæt] [si:m] [bɔ:rn]['oʊnli][tu:; tə]
But **I** **would** **fain** **once** **understand** **from** **these** **gluttons** **,** **that** **seem** **born** **only** **to**
但 我 会 欣然 一次 理解 从 这些 贪食者 , 那 似乎 出生 仅有的 到
[weɪst] [gʊd] [mi:t] ,
waste **good** **meat** **,**
浪费 好的 肉 ,

但我很想了解这些贪吃鬼，他们似乎天生就会浪费好肉。

[wʌt] [ðə; ði]['ri:z(ə)n] [meɪ] [bi:; bi] , [ðæt] ['naʊdeɪz] [ðə; ði] [stɔ:r] [ʌv; əv] ['vɪtlz] [ɪz][soʊ] [mʌtʃ] [ə'beɪt] ,
what **the** **reason** **may** **be** **,** **that** **nowadays** **the** **store** **of** **victuals** **is** **so** **much** **abated** **,**
什么 这 原因 可能 是 , 那 如今 这 店铺 的 食物 是 所以 很多 减弱 ,

造成如今食品供应如此减少的原因可能是什么呢?

[ænd; ənd][ðə; ði][praɪs] [ɪn'hænst] [ʌv; əv] [ðæt] [ˌaɪ 'ti:][wʌz; wəz][ɪn][taɪm][ʌv; əv][oʊld] ,
and **the** **price** **enhanced** **of** **that** **it** **was** **in** **time** **of** **old** **,**
和 这 价格 增强型 的 那 它 曾是 在 时间 的 老的 ,

价格比以前更高了。

[wen] [jet] [ðə; ði][wɜ:rld] [ə'pɪrz] [tu:; tə][hæv; həv] [bɪn] [ðen] [mʌtʃ] [fʊlər] [ʌv; əv]['pi:p(ə)l][ðæn; ðən]
when **yet** **the** **world** **appears** **to** **have** **been** **then** **much** **fuller** **of** **people** **than**
什么时候 然而 这 世界 出现 到 有 到过 然后 很多 更丰满 的 人们 比
[ˌaɪ 'ti:] [naʊ] [ɪz] ?
it **now** **is** **?**
它 现在 是 ?

然而，当时的世界人口似乎比现在要多得多?

[ʌn'daʊtɪdli] , [ðæt] ['skersəti] [ænd; ənd] ['diənis] ['ʌndər] [wɪtʃ] [wi:; wi] ['leɪbər] ,

Undoubtedly	,	**that**	**scarcity**	**and**	**dearness**	**under**	**which**	**we**	**labour**	,
无疑	,	那	缺乏	和	亲爱的	在下面	哪个	我们	劳动	,

毫无疑问，我们所处的这种资源匮乏和物价高昂的困境，

[kæn; kən] [proʊ'si:d] [frʌm; frəm] ['nʌθɪŋ] [bʌt; bət] ['aʊər; ɑ:r] [ɪk'sesɪv] ['glʌtəni] [wɪtʃ] [di'vauəz] [θɪŋz]

can	**proceed**	**from**	**nothing**	**but**	**our**	**excessive**	**gluttony**	**which**	**devours**	**things**
能	继续	从	没有什么	但	我们的	过多的	暴食	哪个	吞噬	事物

['fæstər] [ðæn; ðən] ['neɪtʃər] [kæn; kən] [brɪŋ] [ðem; ðəm] [fɔ:rθ] .

faster	**than**	**Nature**	**can**	**bring**	**them**	**forth**	**.**
快点	比	自然	能	带来	他们	前进	.

一切都源于我们过度的贪婪，我们吞噬万物的速度比自然孕育万物的速度还要快。

[ænd; ənd] [ðæt] ['plenti] [ænd; ənd] ['tʃi:pnəs] , [wɪtʃ] [kraʊnd] [ðer; ðər] ['hæpi] [deɪz] ,

And	**that**	**plenty**	**and**	**cheapness**	,	**which**	**crowned**	**their**	**happy**	**days**	,
和	那	很多	和	廉价	,	哪个	加冕	他们的	快乐的	天	,

而那份富足和低廉，正是他们幸福时光的巅峰。

[wʌz; wəz] [meɪn'teɪnd] [ænd; ənd] [kept] [ɑ:n] [fʊt] ['tʃi:fli] [θru:] [ðə; ði] [gʊd] ['hʌzbəndri] [ʌv; əv] [ðæt]

was	**maintained**	**and**	**kept**	**on**	**foot**	**chiefly**	**through**	**the**	**good**	**husbandry**	**of**	**that**
曾是	维持	和	保留	在	脚	主要	通过	这	好的	畜牧业	的	那

['fru:g(ə)l] [ænd; ənd] ['sɪmp(ə)l] ['daɪət] [wɪtʃ] [ðeɪ] [ju:st] .

frugal	**and**	**simple**	**diet**	**which**	**they**	**used**	**.**
节俭	和	简单的	饮食	哪个	他们	用过的	.

他们主要依靠节俭简单的饮食习惯来维持生计。

[es] . [dʒə'roʊm] ,

S	**.**	**Jerome**	**,**
S	.	杰罗姆	,

圣杰罗姆

['raɪtɪŋ] [ʌv; əv] [ðə; ði] [kɔ:rs] [ʌv; əv] [laɪf] [held] [baɪ] [ðoʊz] [gʊd] ['fɑ:ðəz] [ðæt] [rɪ'taɪərd] [ðəm'selvz] ['ɪntu:]

writing	**of**	**the**	**course**	**of**	**life**	**held**	**by**	**those**	**good**	**fathers**	**that**	**retired**	**themselves**	**into**
写作	的	这	课程	的	生活	握住	经过	那些	好的	父亲们	那	退休	他们自己	进入

[ðə; ði] [dɪ'zɜ:rts] [ʌv; əv] ['i:dʒɪpt] ,

the	**deserts**	**of**	**Egypt**	**,**
这	沙漠	的	埃及	,

记录那些隐居在埃及沙漠中的贤明先贤们的人生历程，

[ðə; ði] ['betər] [tu:; tə] [sɜ:rv] [gɑ:d] , [telz] [ˌju: 'es] , [ðæt] [ðeɪ] [wɜ:r; wər] [soʊ] [ɪ'næmərd] [ʌv; əv] [sper]

the	**better**	**to**	**serve**	**God**	,	**tells**	**us**	,	**that**	**they**	**were**	**so**	**enamoured**	**of**	**spare**
这	更好的	到	服务	上帝	,	讲述	我们	,	那	他们	是	所以	坠入爱河	的	空闲的

[ænd; ənd] ['sɪmp(ə)l] ['daɪət] ,

and	**simple**	**diet**	**,**
和	简单的	饮食	,

他们如此喜爱清淡简单的饮食，是为了更好地侍奉上帝。

[ðæt] [ðeɪ] ['senʃərd] [ˌaɪ 'ti:] [ɪn] [ðəm'selvz] [fɔ:r; fər] [ə; eɪ] [kaɪnd] [ʌv; əv] ['raɪət] ,

that	**they**	**censured**	**it**	**in**	**themselves**	**for**	**a**	**kind**	**of**	**riot**	**,**
那	他们	受谴责	它	在	他们自己	为了	一个	种类	的	暴动	,

他们谴责这种行为，认为这是一种骚乱。

[tu:; tə] [fi:d] [ɑ:n] ['eniθɪŋ] [ðæt] [wʌz; wəz] [drest] [wɪð; wɪθ] ['faɪər] .

to	**feed**	**on**	**anything**	**that**	**was**	**dressed**	**with**	**fire**	**.**
到	喂养	在	任何事物	那	曾是	穿着	和	火	.

以任何用火烤过的东西为食。

[ðə; ði] [seɪm] [ɪn] ['evri] [pɔɪnt] [dʌθ; dəθ] ['kæsiən] [rɪ'pɔ:rt] ,

The	**same**	**in**	**every**	**point**	**doth**	**Cassian**	**report**	**,**
这	相同的	在	每一个	观点	确实	卡西安	报告	,

卡西安报告说，情况在各个方面都一样。

[ɪn][hɪz; ɪz] [rɪ'leɪʃnz] [ʌv; əv][ðə; ði]['hoʊli] [mʌŋks] [ænd; ənd] ['hə:mits] [ʌv; əv][hɪz; ɪz][taɪm] .

in	his	relations	of	the	holy	monks	and	hermits	of	his	time	.
在	他的	关系	的	这	圣	僧侣	和	隐士	的	他的	时间	.

在他的关系中，他与当时的圣僧和隐士们有所接触。

[aɪ][faɪnd][ɪn] ['eɪnʃənt] [fɪ'zɪʃnz] ,

I	find	in	ancient	physicians	,
我	寻找	在	古老的	医生	,

我在古代医生身上发现，

[ðæt] [ðə; ði][ɪn'hæbɪtənts][ʌv; əv][ðə; ði][oʊld][wɜ:rld][wɜ:r; wər] [sʌtʃ] [strɪkt] ['fɔ:ləuəz] [ʌv; əv][sə'braɪəti] ,

that	the	inhabitants	of	the	old	world	were	such	strict	followers	of	sobriety	,
那	这	居民	的	这	老的	世界	是	这样的	严格的	追随者	的	清醒	,

旧世界的居民是如此严格地奉行节制，

[ðæt] [ðeɪ] [kept] [ðəm'selvz] [prɪ'saɪsli] [tu:; tə] [bred] [ɪn][ðə; ði] ['mɔ:rnɪŋ] ;

that	they	kept	themselves	precisely	to	bread	in	the	morning	;
那	他们	保留	他们自己	恰恰	到	面包	在	这	早晨	;

他们每天早上只吃面包；

[ænd; ənd][æt; ət] [naɪt] [ðeɪ] [meɪd] [ðer; ðər] ['sʌpər] [ʌv; əv] [fleʃ] ['oʊnli] [wɪ'ðaʊt] [ə'dɪʃ(ə)n] [ʌv; əv] ['sɔ:sɪz]

and	at	night	they	made	their	supper	of	flesh	only	without	addition	of	sauces
和	在	夜晚	他们	制成	他们的	晚餐	的	肉	仅有的	没有	添加	的	酱汁

,

,

,

晚上，他们的晚餐只吃肉，不加任何酱汁。

[ɔ:r] ['eni] [fɜ:rst][ɔ:r]['sekənd] ['kɔ:rsɪz] .

or	any	first	or	second	courses	.
或者	任何	第一的	或者	第二	课程	.

或任何第一或第二门课程。

[ænd; ənd][baɪ] [ðɪs] [mi:nz] [ˌaɪ 'ti:] [keɪm] [tu:; tə] [pæs] ,

And	by	this	means	it	came	to	pass	,
和	经过	这	方法	它	来了	到	经过	,

事情就是这样发生的。

[ðæt] [ðeɪ] [lɪvd] [soʊ] [lɔ:ŋ] [ænd; ənd][ɪn][kən'tɪnjuəl] [helθ] [wɪ'ðaʊt] [soʊ] [mʌtʃ] [æz; əz][wʌns] ['hɪrɪŋ]

that	they	lived	so	long	and	in	continual	health	without	so	much	as	once	hearing
那	他们	居住地	所以	长的	和	在	持续的	健康	没有	所以	很多	作为	一次	听力

[ðə; ði] [neɪmz] [ʌv; əv] [ðoʊz] ['meni] ['gri:vəs] [ɪn'fɜ:mətɪz] [ðæt] ['naʊədeɪz] [veks][mæn'kaɪnd] .

the	names	of	those	many	grievous	infirmities	that	nowadays	vex	mankind	.
这	姓名	的	那些	许多	严重的	弱点	那	如今	烦恼	人类	.

他们活了这么久，一直都很健康，甚至一次也没有听说过如今困扰人类的那些严重疾病的名字。

[wʌt] [θɪŋk] [ju:; jʊ] [maɪt] [bi:; bi][ðə; ði] [kɔ:z] , [ðæt][ðə; ði]['roʊmənz] , [ðə; ði][ɑ:r'keɪdiən] ,

What	think	you	might	be	the	cause	,	that	the	Romans	,	the	Arcadians	,
什么	思考	你	可能	是	这	原因	,	那	这	罗马书	,	这	阿卡迪亚人	,

你认为造成这种情况的原因是什么，是罗马人、阿卡迪亚人，

[ænd; ənd][ðə; ði] ['pɔ:rtʃʊgl] [pæst] [soʊ] ['meni] ['hʌndrəd] [ʌv; əv] ['jɪrz] ,

and	the	Portugals	passed	so	many	hundred	of	years	,
和	这	葡萄牙	通过了	所以	许多	百	的	年	,

葡萄牙人走过了数百年，

[wɪ'ðaʊt] ['hævɪŋ] ['eni] [ə'kweɪntəns] [æt; ət][ɔ:l][wɪð; wɪθ] ['fɪzɪk] [ɔ:r] [fɪ'zɪʃnz] ?

without	having	any	acquaintance	at	all	with	physic	or	physicians	?
没有	拥有	任何	熟人	在	全部	和	物理学	或者	医生	?

完全不认识任何医生或医师?

['ʃʊrli] ['nʌθɪŋ] [els] [bʌt; bət][ðer; ðər]['soʊbər] [sper] ['daɪət] , [wɪtʃ] [wen] [ɔ:l][ɪz] [dʌn] , [wi:; wi][ɑ:r; ər]

Surely	nothing	else	but	their	sober	spare	diet	,	which	when	all	is	done	,	we	are
一定	没有什么	别的	但	他们的	清醒	空闲的	饮食	,	哪个	什么时候	全部	是	完毕	,	我们	是

['ɔ:ftˌtaɪmz] [kən'streɪnd]

ofttimes	constrained
经常	受限

当然，除了他们清淡的节俭饮食之外，别无其他，而当一切尘埃落定时，我们往往也不得不如此。

[[ˌpi: 'dʒi:][faɪv]]

[	Pg	5	]
[	页	5	]

[第5页]

[tu:; tə][ˌʌndər'goʊ] , [ænd; ənd]['evər] [ɪn'di:d] [də'rektɪd][ænd; ənd][əd'vaɪzd]['ʌntəˌʌntu] ,

to	undergo	,	and	ever	indeed	directed	and	advised	unto	,
到	经历	,	和	曾经	的确	指导	和	建议	到	,

接受，并且始终受到指导和建议，

[baɪ] [ðoʊz] [hu:] ['ri:əli] ['præktɪs] [ðɪs] [dɪ'vaɪn] ['saɪəns] [ʌv; əv] ['fɪzɪk] ,

by	those	who	really	practise	this	divine	science	of	physic	,
经过	那些	WHO	真的	实践	这	神圣的	科学	的	物理学	,

由那些真正实践这门神圣的医学科学的人所著。

[fɔ:r; fər][ðə; ði] [rɪ'kʌvəri] [ænd; ənd][ˌkɑ:nsər'veɪʃ(ə)n][ʌv; əv][ðer; ðər] ['peɪʃənts] [helθ] , [ænd; ənd][nɑ:t]

for	the	recovery	and	conservation	of	their	patient's	health	,	and	not
为了	这	恢复	和	保护	的	他们的	患者	健康	,	和	不是

['kʌvitəsli] [fɔ:r; fər][ðer; ðər] [oʊn] [geɪn] .

covetously	for	their	own	gain	.
贪婪地	为了	他们的	自己的	获得	.

为了恢复和维护患者的健康，而不是为了自身利益而贪婪地行医。

[aɪ] [ri:d] [ɪn] [ə'pru:vd] ['hɪstɘ-i:z, 'hɪstri:z] , [ðæt] ['tɔlimi] , [ə'pɑ:n][sʌm; səm] [ə'keɪʒn] [ɔ:r] ['ʌðər] [aʊt] -

I	read	in	approved	histories	,	that	Ptolemy	,	upon	some	occasion	or	other	out	-
我	读	在	得到正式认可的	历史	,	那	托勒密	,	之上	一些	场合	或者	其他	出去	-

['raɪdɪŋ][hɪz; ɪz] ['fɔ:ləuəz] [ɪn]['i:dʒɪpt] ,

riding	his	followers	in	Egypt	,
骑术	他的	追随者	在	埃及	,

我在权威史书中读到，托勒密在某个场合骑马赶到埃及，击败了他的追随者。

[wʌz; wəz][soʊ] [prest] [wɪð; wɪθ]['hʌŋgər] , [ðæt] [hi:; hi][wʌz; wəz][feɪn][tu:; tə][kɔ:l][ɪn][æt; ət][ə; eɪ] [pʊr]

was	so	pressed	with	hunger	,	that	he	was	fain	to	call	in	at	a	poor
曾是	所以	按下	和	饥饿	,	那	他	曾是	欣然	到	称呼	在	在	一个	贫穷的

['mænz] ['kɑ:tɪdʒ] ,

man's	cottage	,
男人的	小屋	,

他饿得实在受不了，只好借宿在一个穷人的小屋里。

[hu:] [brɔ:t] [hɪm; ɪm][ə; eɪ] [pi:s] [ʌv; əv] [raɪ] - [bred] ; [wɪtʃ] [wen] [hi:; hi][hæd; həd] ['i:tn] , [hi:; hi]

who	brought	him	a	piece	of	rye	-	bread	;	which	when	he	had	eaten	,	he
WHO	带来	他	一个	片	的	黑麦	-	面包	;	哪个	什么时候	他	有	吃	,	他

[tʊk] [ə; eɪ] ['sɑ:ləm] [oʊθ] ,

took	a	solemn	oath	,
采取	一个	庄严	誓言	,

有人给他拿来一块黑麦面包；他吃完后，郑重发誓。

[ðæt] [hi:; hi]['nevər][ɪn][ɔ:l][hɪz; ɪz][laɪf]['teɪstɪd] ['betər] , [nɔ:r] [mɔ:r] ['pli:zɪŋ] [mi:t] :

that	he	never	in	all	his	life	tasted	better	,	nor	more	pleasing	meat	:
那	他	绝不	在	全部	他的	生活	尝过	更好的	,	也不	更多的	令人愉悦	肉	:

他一生中从未尝过如此美味、如此令人愉悦的肉：

[ænd; ənd][frʌm; frəm] [ðæt] [deɪ] ['fɔːrwərd] , [hiː; hi][set] [laɪt] [baɪ][ɔːl][ðə; ði] ['kɔːstli] ['sɔrts][ʌv; əv] [bred] ,

and	from	that	day	forward	,	he	set	light	by	all	the	costly	sorts	of	bread	,
和	从	那	天	向前	,	他	放	光	经过	全部	这	昂贵	排序	的	面包	,

从那天起，他把所有昂贵的面包都烧掉了。

[wɪtʃ] [hiː; hi][hæd; həd] [bɪn] ['fɔːrmərli] [ə'kʌstəmd] ['ʌntəˌʌntu] .

which	he	had	been	formerly	accustomed	unto	.
哪个	他	有	到过	以前	习惯	到	.

这是他以前习以为常的事情。

[ðə; ði] ['θreiʃjən] ['wɪmɪn] , [ðæt] [ðeɪ] [maɪt] [ber] ['helθf(ə)l] , [strɔːŋ] , [ænd; ənd]['hɑːrdi] ['tʃɪldrən] ,

The	Thracian	women	,	that	they	might	bear	healthful	,	strong	,	and	hardy	children	,
这	色雷斯人	女性	,	那	他们	可能	熊	健康的	,	强的	,	和	耐寒的	孩子们	,

色雷斯妇女，希望她们能生下健康、强壮、耐寒的孩子。

[eɪt] ['nʌθɪŋ] [bʌt; bət] [mɪlk] [ænd; ənd] ['netlz] , [ænd; ənd][ðə; ði] ['gretɪst] ['deɪntiz] [ðæt] [ðə; ði]

ate	nothing	but	milk	and	nettles	,	and	the	greatest	dainties	that	the
吃	没有什么	但	牛奶	和	荨麻	,	和	这	最	精致小点心	那	这

[lɑsiːdəmoʊniːənz] [hæd; həd] [ə'mʌŋst] [ðem; ðəm] ,

Lacedemonians	had	amongst	them	,
拉塞德蒙人	有	在	他们	,

他们只吃牛奶和荨麻，以及拉塞德蒙人拥有的最美味的佳肴。

[wʌz; wəz][ə; eɪ]['sɜːrt(ə)n][kaɪnd][ʌv; əv] [blæk] ['pɑːtɪdʒ] , [ðæt] [lʊkt] [noʊ] ['betər] [ðæn; ðən] [meltid] [pɪtʃ]

was	a	certain	kind	of	black	pottage	,	that	looked	no	better	than	melted	pitch
曾是	一个	肯定	种类	的	黑色的	浓汤	,	那	看起来	不	更好的	比	融化	沥青

,

,

,

那是一种黑色的糊状物，看起来和融化的沥青没什么两样。

[ænd; ənd][kʊd; kəd][nɑːt][baɪ][ˌkɑːmpjuˈteɪʃ(ə)n][stænd][ɪn] [əˈbʌv] [θriː] [hæf] - [pens] [ə; eɪ]['gælən][æt; ət]

and	could	not	by	computation	stand	in	above	three	half	-	pence	a	gallon	at
和	可以	不是	经过	计算	站立	在	多于	三	一半	-	便士	一个	加仑	在

[ðə; ði][moʊst] .

the	most	.
这	最多	.

经计算，每加仑最多也只能卖到三个半便士。

[ðə; ði] ['pəːʃənz] , [ðæt] [ɪn][ðer; ðər][taɪm][wɜːr; wər][ðə; ði][best] ['dɪsəplɪnd] ['piːp(ə)l][ɑːn][ðə; ði] [ɜːrθ] ,

The	Persians	,	that	in	their	time	were	the	best	disciplined	people	on	the	earth	,
这	波斯人	,	那	在	他们的	时间	是	这	最好的	纪律严明的	人们	在	这	地球	,

波斯人，在他们那个时代是世界上纪律最好的民族，

[eɪt] [ə; eɪ]['lɪt(ə)l] [nə'stɜːrʃəm] [[biː]] [wɪð; wɪθ][ðer; ðər] [bred] ;

ate	a	little	Nasturtium	[	B	]	with	their	bread	;
吃	一个	小的	金莲花	[	B	]	和	他们的	面包	;

他们就着面包吃了一点旱金莲[B];

[ænd; ənd] [ðæt] [wʌz; wəz][ɔːl][ðə; ði] ['vɪtlz] [ðæt] [ðɪs] [breɪv] ['neɪʃ(ə)n] [juːst] ,

and	that	was	all	the	victuals	that	this	brave	nation	used	,
和	那	曾是	全部	这	食物	那	这	勇敢的	国家	用过的	,

这就是这个勇敢的民族所使用的所有食物。

[wen] [ðeɪ] [meɪd] ['kɑːŋkwest][ʌv; əv][ðə; ði][wɜːrld] .

when	they	made	conquest	of	the	world	.
什么时候	他们	制成	征服	的	这	世界	.

当他们征服世界的时候。

[ˌɑːtə'zəːksiːz] , [ðə; ði] ['brʌðər] [ʌv; əv]['saiərəs] , ['biːɪŋ] [ˌoʊvər'θroʊn] [ɪn]['bæt(ə)l] ,

Artaxerxes	,	the	brother	of	Cyrus	,	being	overthrown	in	battle	,
阿塔薛西斯	,	这	兄弟	的	赛勒斯	,	存在	被推翻	在	战斗	,

居鲁士的兄弟阿尔塔薛西斯在战场上被推翻

[wʌz; wəz] [kən'streɪnd] [ɪn][hɪz; ɪz] [flaɪt] [tuː; tə][sɪt] [daʊn] [wɪð; wɪθ][draɪ] [fɪgz] [ænd; ənd] ['bɑːrli] - [bred]
was **constrained** **in** **his** **flight** **to** **sit** **down** **with** **dry** **figs** **and** **barley** **-** **bread**
曾是 受限 在 他的 航班 到 坐 向下 和 干燥 无花果 和 大麦 - 面包
[wɪtʃ] [ə'pɑːn] [pruːf] [hiː; hi] [faʊnd] [soʊ] [gʊd] ,
which **upon** **proof** **he** **found** **so** **good** **,**
哪个 之上 证明 他 成立 所以 好的 ,

逃亡途中，他被迫坐下来吃些干无花果和麦面包，尝过之后发现味道非常好。

[æz; əz][hiː; hi] ['sɪriəsli] [lə'mentɪd] [hɪz; ɪz] [ˌmɪs'fɔːrtʃən] , [ɪn] ['hævɪŋ] , — [θruː] [ðə; ði][kən'tɪnjuəl]
as **he** **seriously** **lamented** **his** **misfortune** **,** **in** **having** **,** **—** **through** **the** **continual**
作为 他 严重地 哀叹 他的 不幸 , 在 拥有 , — 通过 这 持续的
['klɔɪɪŋ] [ʌv; əv][ˌɑːrtɪ'fɪʃ(ə)l] ['deɪntiz] ,
cloying **of** **artificial** **dainties** **,**
甜腻 的 人造的 精致小点心 ,

他深感遗憾，因为长期摄入甜腻的人造甜点，导致他……

[hweə'wɪð] [hiː; hi][hæd; həd] [bɪn] [bred] [ʌp] ,
wherewith **he** **had** **been** **bred** **up** **,**
以及 他 有 到过 繁殖 向上 ,

他从小就生活在这样的环境中，

— [bɪn] [soʊ] [lɔːŋ] [taɪm] [ə; eɪ]['streɪndʒər][tuː; tə] [ðæt] [greɪt] ['pleʒər] [ænd; ənd] [dɪ'laɪt] ,
— **been** **so** **long** **time** **a** **stranger** **to** **that** **great** **pleasure** **and** **delight** **,**
— 到过 所以 长的 时间 一个 陌生人 到 那 伟大的 乐趣 和 喜 ,

——我已经很久没有体验过那种巨大的快乐和愉悦了，

[wɪtʃ] ['nætʃ(ə)rəl][ænd; ənd]['sɪmp(ə)l] [fuːd] [jiːldz] , [wen] [ˌaɪ 'tiː] [miːts] [wɪð; wɪθ] [truː] ['hʌŋgər] .
which **natural** **and** **simple** **food** **yields** **,** **when** **it** **meets** **with** **true** **hunger** **.**
哪个 自然的 和 简单的 食物 产量 , 什么时候 它 满足 和 真的 饥饿 .

当真正的饥饿来临时，天然简单的食物所能提供的就是这种感觉。

[truː] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] , ['aʊər; ɑːr] ['stʌmək] [ɪz][ə; eɪ] ['trʌb(ə)lsəm] ['kredɪtər] , [ænd; ənd]['ɔːftˌtaɪmz] ['ʃeɪmləsli]
True **it** **is** **,** **our** **stomach** **is** **a** **troublesome** **creditor** **,** **and** **ofttimes** **shamelessly**
真的 它 是 , 我们的 胃 是 一个 麻烦的 债权人 , 和 经常 厚颜无耻
[ig'zækts] [mɔːr] [ðæn; ðən][ɪts] [duː] :
exacts **more** **than** **its** **due** **:**
精确 更多的 比 它是到期的 :

的确，我们的胃是一个难缠的债主，常常厚颜无耻地索要远超其应得的钱财：

[bʌt; bət] [ʌn'daʊtɪdli] , [ɪf] [wiː; wi][wɜːr; wər][nɑːt]['pɑːrʃ(ə)l] ,
but **undoubtedly** **,** **if** **we** **were** **not** **partial** **,**
但 无疑 , 如果 我们 是 不是 部分的 ,

但毫无疑问，如果我们不偏袒任何一方，

[ænd; ənd] [kə'rʌptɪd] [baɪ][ðə; ði] [ə'lʊrmənts] [ʌv; əv] [ðæt] [beɪs] ['kɑːntent] [wɪtʃ] ['deɪntiz] ['prɑːmɪs] ,
and **corrupted** **by** **the** **allurements** **of** **that** **base** **content** **which** **dainties** **promise** **,**
和 腐败的 经过 这 诱惑 的 那 根据 内容 哪个 精致小点心 承诺 ,

并被那些美味佳肴所承诺的低俗内容的诱惑所腐蚀，

[wiː; wi] [maɪt] ['iːzəli] ['kwaɪət][ðə; ði] [grʌdʒɪŋz] [ænd; ənd] ['mɜːrmərɪŋz] [ˌðer'ʌv] .
we **might** **easily** **quiet** **the** **grudgings** **and** **murmurings** **thereof** **.**
我们 可能 容易地 安静的 这 心存不满 和 低语 其中 .

我们或许可以轻易平息这些不满和抱怨。

[its] [nɑːt][ðə; ði] ['stʌmək] , [aɪ][wɪs] , [wɪtʃ] [wʊd] [rest] - [wɪð; wɪθ] [ðæt] [wɪtʃ] [ɪz][æt; ət][hænd] ;
It's **not** **the** **stomach** **,** **I** **wis** **,** **which** **would** **rest** **apayed** **with** **that** **which** **is** **at** **hand** **;**
它是 不是 这 胃 , 我 威斯 , 哪个 会 休息 - 和 那 哪个 是 在 手 ;

我想，胃不会因为眼前的这些而感到满足；

[bʌt; bət][ðə; ði][ˌsætɪs'fækʃ(ə)n][ʌv; əv]['aʊər; ɑːr] [kə'prɪʃəs] ['fænsis] , [ðæt] [meɪks] [ˌjuː 'es] [wer] [aʊt]

but	the	satisfaction	of	our	capricious	fancies	,	that	makes	us	wear	out
但	这	满意	的	我们的	任性	幻想	,	那	制作	我们	穿	出去

['aʊər; ɑːr] [selvz] ,

our	selves	,
我们的	自我	,

但是，满足我们反复无常的幻想，却让我们精疲力竭。

[ænd; ənd] ['wɪri] [ɔːl][ðə; ði][wɜːrld] [bɪ'saɪdz] [wɪð; wɪθ] [ˌʌn'sɛsənt] ['træv(ə)l][ɪn][ðə; ði] [sɜːrtʃ] [ʌv; əv]['reərɪtiːz]

and	weary	all	the	world	besides	with	uncessant	travel	in	the	search	of	rarities
和	厌倦	全部	这	世界	除了	和	不间断的	旅行	在	这	搜索	的	稀有物品

,

,

,

而且，他们为了寻找珍稀物品，不断地旅行，使全世界都感到厌倦。

[ænd; ənd][ɪn][ðə; ði] [kəm'paʊndɪŋ] [ʌv; əv] [nuː] ['delɪkəsɪz] .

and	in	the	compounding	of	new	delicacies	.
和	在	这	复利	的	新的	美味佳肴	.

以及在新美味佳肴的调制中。

[ɪf] [wiː; wi][wɜːr; wər][bʌt; bət][hæf][æz; əz][waɪz][æz; əz][wiː; wi] [ɔːt] [tuː; tə][biː; bi] ,

If	we	were	but	half	as	wise	as	we	ought	to	be	,
如果	我们	是	但	一半	作为	明智的	作为	我们	应该	到	是	,

如果我们能有应有的一半智慧，

[ðer; ðər] [niːd] [nʌn] [ʌv; əv][ɔːl] [ðɪs] [ə'duː] [ðæt] [wiː; wi] [meɪk] , [ə'baʊt] [ðɪs] [ænd; ənd] [ðæt] [kaɪnd][ʌv; əv]

there	need	none	of	all	this	ado	that	we	make	,	about	this	and	that	kind	of
那里	需要	没有任何	的	全部	这	阿多	那	我们	制作	,	关于	这	和	那	种类	的

['mæntʃet] ,

Manchet	,
曼切特	,

我们根本没必要为这种或那种曼切特式的争论而大惊小怪。

[dʌtʃ] - [bred] , [ænd; ənd] [frentʃ] - [bred] : [ænd; ənd][aɪ] [noʊ] [nɑːt] [wʌt] [nuː] [in'venʃənz] [ɑːr; ər]

Dutch	-	bread	,	and	French	-	bread	:	and	I	know	not	what	new	inventions	are
荷兰语	-	面包	,	和	法语	-	面包	:	和	我	知道	不是	什么	新的	发明	是

[brɔːt] [ɑːn] [fʊt] ,

brought	on	foot	,
带来	在	脚	,

荷兰面包和法国面包：我不知道还有哪些新发明是步行带来的，

[tuː; tə] [meɪk] [mɔːr] ['bɪznəs] [ɪn][ðə; ði][wɜːrld] ;

to	make	more	business	in	the	world	;
到	制作	更多的	商业	在	这	世界	;

在世界范围内开展更多业务；

[ˌwer'æz] [wɪð; wɪθ] [mʌtʃ] [les] [kɔːst][ænd; ənd] ['trʌb(ə)l] [wiː; wi] [maɪt] [biː; bi] [mʌtʃ] ['betər] [sɜːrvd]

whereas	with	much	less	cost	and	trouble	we	might	be	much	better	served
然而	和	很多	较少的	成本	和	麻烦	我们	可能	是	很多	更好的	服务

[wɪð; wɪθ] [ðæt] [wɪtʃ] [grəuz] [æt; ət][hoʊm] ,

with	that	which	grows	at	home	,
和	那	哪个	生长	在	家	,

然而，如果我们用更少的成本和麻烦，利用家中种植的作物，或许会更好。

[ænd; ənd][ɪz][tuː; tə][biː; bi] [faʊnd] ['redi] [ɪn] ['evri] [θætʃt] ['kɑːtɪdʒ] .

and	is	to	be	found	ready	in	every	thatched	cottage	.
和	是	到	是	成立	准备好	在	每一个	茅草屋顶	小屋	.

而且在每间茅草屋里都能找到。

[ðæt] [wɪtʃ] [ɪz][moʊst]['aʊər; ɑːr] [oʊn] , [ænd; ənd] [ðæt] [wɪtʃ] [wiː; wi] ['ðerfɔːr] [pər'hæps] , [fuːlz] [æz; əz]

That	which	is	most	our	own	,	and	that	which	we	therefore	perhaps	,	fools	as
那	哪个	是	最多	我们的	自己的	,	和	那	哪个	我们	所以	也许	,	傻瓜	作为

[wiː; wi][biː; bi] , [moʊst]

we	be	,	most
我们	是	,	最多

最属于我们自己的，也是我们或许因此而来的，尽管我们都是傻瓜，最.....

[[ˌpiː 'dʒiː][sɪks]]

[	Pg	6	]
[	页	6	]

[第6页]

[kən'tem] [ɪn] [ðɪs] [kaɪnd] , — ['baːrli] - [bred] [aɪ] [miːn] , — [ɪz][baɪ][ɔːl][ðə; ði][oʊld] [fɪ'zɪʃnz] ,

contemn	in	this	kind	,	—	barley	-	bread	I	mean	,	—	is	by	all	the	old	physicians	,
蔑视	在	这	种类	,	—	大麦	-	面包	我	意思是	,	—	是	经过	全部	这	老的	医生	,

这种轻蔑——我指的是大麦面包——是所有老医生都持有的观点。

['wɔːrəntɪd] [fɔːr; fər][ə; eɪ][moʊst][saʊnd] [ænd; ənd] ['helθf(ə)l] [fuːd] .

warranted	for	a	most	sound	and	healthful	food	.
有保证	为了	一个	最多	声音	和	健康的	食物	.

这是对最健康、最有益食品的保证。

[hiː; hi] [ðæt] [iːts] ['deɪli] [ʌv; əv][ˌaɪ 'tiː] , [seɪ] [ðeɪ] ,

He	that	eats	daily	of	it	,	say	they	,
他	那	吃	日常的	的	它	,	说	他们	,

他们说，每日食用它的人

[ʃæl; ʃəl] [ʌn'daʊtɪdli] ['nevər] [biː; bi] ['trʌbld] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [gaʊt] [ɪn][ðə; ði] [fiːt] .

shall	undoubtedly	never	be	troubled	with	the	gout	in	the	feet	.
将	无疑	绝不	是	麻烦	和	这	痛风	在	这	脚	.

肯定不会再受脚部痛风的困扰。

[ʃoʊ] [ˌem 'iː] [sʌtʃ] [ə; eɪ]['vɜːrtʃuː][ɪn] ['eni] [ʌv; əv] [ðiːz] [nuː] [in'venʃənz] ,

Shew	me	such	a	virtue	in	any	of	these	new	inventions	,
秀	我	这样的	一个	美德	在	任何	的	这些	新的	发明	,

请你指出这些新发明中哪一项具备这样的优点?

[ænd; ənd] [aɪl] [jiːld] [ðer; ðər][wɜːr; wər][sʌm; səm]['riːz(ə)n][pər'hæps][ɪn] ['meɪkɪŋ] [juːz][ʌv; əv][ðem; ðəm] ,

and	I'll	yield	there	were	some	reason	perhaps	in	making	use	of	them	,
和	患病的	屈服	那里	是	一些	原因	也许	在	制作	使用	的	他们	,

我承认，或许使用它们是有一定原因的。

[ɪf] [ðeɪ] [maɪt] [wɪð; wɪθ] [iːz] [ænd; ənd]['kwaɪət][biː; bi][prəʊ'kjʊəd] .

if	they	might	with	ease	and	quiet	be	procured	.
如果	他们	可能	和	舒适	和	安静的	是	采购	.

如果它们能够轻易且悄无声息地获得的话。

[bʌt; bət][tuː; tə] [bai] [ðem; ðəm][æt; ət][ðə; ði] [praɪs] [ʌv; əv][soʊ] [mʌtʃ] [peɪnz] , [taɪm] ,

But	to	buy	them	at	the	price	of	so	much	pains	,	time	,
但	到	买	他们	在	这	价格	的	所以	很多	疼痛	,	时间	,

但要付出如此多的痛苦和时间代价才能买到它们，

[ænd; ənd]['hæzərd][æz; əz] [ðeɪ] [kɔːst][juː 'es] , [ʌn'daʊtɪdli] [tuː] [mʌtʃ] ,

and	hazard	as	they	cost	us	,	undoubtedly	too	much	,
和	冒险	作为	他们	成本	我们	,	无疑	也	很多	,

而且它们带来的危险无疑代价太高了。

[ɔːl'ðoʊ] [ðeɪ] [brɔːt] [æz; əz] [mʌtʃ] ['benɪfɪt] [æz; əz] [ðeɪ] [duː]['predʒədɪs] .

although	they	brought	as	much	benefit	as	they	do	prejudice	.
虽然	他们	带来	作为	很多	益处	作为	他们	做	偏见	.

虽然它们带来的好处和带来的偏见一样多。

[kən'sɪdər] [wel] , [aɪ] [preɪ] ,
Consider **well** **,** **I** **pray** **,**
考虑 出色地 , 我 祈祷 ,

请仔细考虑，我恳求您。

['weðər] [ˌaɪ 'tiː][biː; bi][nɑːt][ə; eɪ] [θɪŋ] [tuː; tə] [meɪk] [ə; eɪ][waɪz][mæn][rʌn] [bɪ'saɪd] [hɪm'self] ,
whether **it** **be** **not** **a** **thing** **to** **make** **a** **wise** **man** **run** **beside** **himself** **,**
无论 它 是 不是 一个 事物 到 制作 一个 明智的 男人 跑步 旁 他自己 ,

这难道不是一件让智者惊慌失措的事情吗?

[tuː; tə] [siː] [sʌtʃ] [ə; eɪ] ['ræn,sækɪŋ] [ʌv; əv][ɔːl][ðə; ði]['elɪmənts; 'eləmənts][baɪ] ['fɪʃɚz] [ænd; ənd] ['faʊlər] ,
to **see** **such** **a** **ransacking** **of** **all** **the** **elements** **by** **fishers** **and** **fowlers** **,**
到 看 这样的 一个 洗劫 的 全部 这 元素 经过 渔民 和 捕鸟者 ,

看到渔民和猎人对各种资源进行如此肆意掠夺，

[ænd; ənd] ['hʌntərz] ; [sʌtʃ] [ə; eɪ] ['tɜːmɒɪl] [ʌv; əv][ðə; ði][wɜːrld][baɪ] [kʊks] [ænd; ənd]['kʌmfɪt] - ['meɪkɚz] ,
and **hunters** **;** **such** **a** **turmoiling** **of** **the** **world** **by** **cooks** **and** **comfit** **-** **makers** **,**
和 猎人 ; 这样的 一个 动荡 的 这 世界 经过 厨师 和 舒适 - 制造商 ,

还有猎人；厨师和蜜饯制作者给世界带来了如此巨大的动荡，

[ænd; ənd]['tævərn] - ['kiːpəz] [ænd; ənd][ə; eɪ] ['nʌmbərləs] ['meni] [ʌv; əv] [sʌtʃ] ['niːdləs] [ˌɑːkjə'peɪʃənz] ;
and **tavern** **-** **keepers** **and** **a** **numberless** **many** **of** **such** **needless** **occupations** **;**
和 酒馆 - 守门员 和 一个 无数 许多 的 这样的 不必要 职业 ;

还有酒馆老板以及无数其他类似的无用职业;

[sʌtʃ] [ə; eɪ] ['hæzədɪŋ] [ʌv; əv] [menz] [laɪvz; lɪvz][ɑːn] [siː] [ænd; ənd][lænd] , [baɪ] [hiːt] [ænd; ənd][koʊld] ,
such **a** **hazarding** **of** **mens** **lives** **on** **sea** **and** **land** **,** **by** **heat** **and** **cold** **,**
这样的 一个 危险 的 男士 生活 在 海 和 土地 , 经过 热 和 寒冷的 ,

在海上和陆地上，在酷暑严寒中，人们的生命面临着如此巨大的危险。

[ænd; ənd][ə; eɪ]['θaʊz(ə)nd] ['ʌðər] ['deindʒəz][ænd; ənd] ['dɪfəkəltɪz] ;
and **a** **thousand** **other** **dangers** **and** **difficulties** **;**
和 一个 千 其他 危险 和 困难 ;

以及其他上千种危险和困难;

[ænd; ənd][ɔːl] [fər'suːθ] [ɪn][prəʊ'kjʊərɪŋ] ['deɪntiz] [fɔːr; fər][ðə; ði][ˌsætɪs'fækʃ(ə)n][ʌv; əv][ə; eɪ] ['griːdi] [mɔː] ,
and **all** **forsooth** **in** **procuring** **dainties** **for** **the** **satisfaction** **of** **a** **greedy** **maw** **,**
[ænd; ənd] ['sensləs] ['stʌmək] ,
and **senseless** **stomach** **,**
和 无意义的 胃 ,

而这一切，都是为了满足贪婪的胃口和愚昧的欲望，去获取美味佳肴。

[ðæt] [wɪ'ðɪn] [ə; eɪ] ['veri] [ʃɔːrt] [waɪl] ['æftər][mʌst; məst][ʌv; əv] [nə'sesəti] [meɪk] [ə; eɪ]['bæŋkwɪt][ʌv; əv]
that **within** **a** **very** **short** **while** **after** **must** **of** **necessity** **make** **a** **banquet** **of**
[ɪt'self][tuː; tə][wəːmz, vɔːrms] .
itself **to** **worms** **.**
本身 到 蠕虫 .

不久之后，它必然会成为蛆虫的盛宴。

[wʌt] [æn; ən] ['endləs] [meɪz] [ʌv; əv] ['erər] ,
What **an** **endless** **maze** **of** **error** **,**
什么 一个 无尽的 迷宫 的 错误 ,

多么无尽的错误迷宫啊!

[wʌt] [æn; ən][ɪn'tɑːlərəb(ə)l] [hel] [ʌv; əv] ['tɔːments] [ænd; ənd] [ə'flɪkʃənz] [hæθ] [ðɪs] ['wɪkɪd] ['glʌtəni]
what **an** **intolerable** **hell** **of** **torments** **and** **afflictions** **hath** **this** **wicked** **gluttony**
什么 一个 无法容忍 地狱 的 折磨 和 苦难 有 这 邪恶 暴食
[brɔːt] [ðə; ði][wɜːrld]['ʌntə,ʌntu] .
brought **the** **world** **unto** **.**
带来 这 世界 到 .

这种邪恶的贪婪给世界带来了多么难以忍受的折磨和苦难啊!

[ænd; ənd] [jet] , ['retʃɪd] [men] [ðæt] [wiː; wi][ɑːr; ər] , [wiː; wi][hæv; həv][noʊ][maɪnd][tuː; tə][get] [aʊt] [ʌv; əv]

And	yet	,	wretched	men	that	we	are	,	we	have	no	mind	to	get	out	of
和	然而	,	可怜	男人	那	我们	是	,	我们	有	不	头脑	到	得到	出去	的

[ˌaɪ 'tiː] ,

it	,
它	,

然而，我们这些可怜的人，却没有摆脱这种困境的打算。

[bʌt; bət][laɪk] ['sɪli] ['ænɪmlz] [led][baɪ][ðə; ði] [tʃæps] , [goʊ][ɑːn][ɔːl] [deɪ] [lɔːŋ] ,

but	like	silly	animals	led	by	the	chaps	,	go	on	all	day	long	,
但	喜欢	愚蠢的	动物	引领	经过	这	小伙子们	,	去	在	全部	天	长的	,

但就像一群被领头羊带领的傻动物一样，整天无休止地重复着这一切。

[dɪgɪŋ] ['aʊər; ɑːr][greɪvz; grɑːvz][wɪð; wɪθ]['aʊər; ɑːr] [tiːθ] ,

digging	our	graves	with	our	teeth	,
挖掘	我们的	坟墓	和	我们的	牙齿	,

我们用牙齿挖自己的坟墓，

[tɪl] [æt; ət][læst][wiː; wi] [brɪŋ] [ðə; ði] [ɜːrθ] ['oʊvər]['aʊər; ɑːr] ['hedz] [mʌtʃ] [bɪ'fɔːr] [wiː; wi] ['ʌðərwaɪz]

till	at	last	we	bring	the	earth	over	our	heads	much	before	we	otherwise
直到	在	最后的	我们	带来	这	地球	超过	我们的	头部	很多	前	我们	否则

[niːd] [tuː; tə][hæv; həv] [dʌn] .

need	to	have	done	.
需要	到	有	完毕	.

直到最后，我们才把泥土盖在头上，远远早于我们原本应该做到的时间。

[ænd; ənd] [jet] [ðer; ðər][wʌz; wəz][ə; eɪ]['sɜːrt(ə)n] [ɑːd] ['feloʊ] [wʌns][ɪn][ðə; ði][wɜːrld] ,

And	yet	there	was	a	certain	odd	fellow	once	in	the	world	,
和	然而	那里	曾是	一个	肯定	奇怪的	同伴	一次	在	这	世界	,

然而，世界上曾经有过一个古怪的人，

[aɪ] [wʊd] [ðer; ðər][wɜːr; wər][nɑːt] [tuː] ['meni] [ʌv; əv][ðə; ði] [seɪm] [maɪnd] ['naʊədeɪz] !

I	would	there	were	not	too	many	of	the	same	mind	nowadays	!
我	会	那里	是	不是	也	许多	的	这	相同的	头脑	如今	!

我希望如今持有相同观点的人不多！

[ˌfɪlɒk'siːnəs] [baɪ] [neɪm] ,

Philoxenus	by	name	,
菲洛克塞努斯	经过	姓名	,

Philoxenus，以这个名字命名

[ðæt] ['sɪriəsli] [wɪʃt] [hiː; hi] [maɪt] [hæv; həv][ə; eɪ] ['swɑːloʊ] [æz; əz] [lɔːŋ] [ænd; ənd][æz; əz][lɑːrdʒ][æz; əz]

that	seriously	wished	he	might	have	a	swallow	as	long	and	as	large	as
那	严重地	希望	他	可能	有	一个	吞	作为	长的	和	作为	大的	作为

[ðə; ði] [kreinz] ,

the	cranes	,
这	起重机	,

他真心希望自己能拥有一只像鹤一样又长又大的燕子。

[ðə; ði] ['betər] [tuː; tə][ɪn'dʒɔɪ][ðə; ði] [fʊl] ['relɪʃ] [ʌv; əv][hɪz; ɪz] [lɪkɝɪʃ] ['mɔːsəlz] .

the	better	to	enjoy	the	full	relish	of	his	licorish	morsels	.
这	更好的	到	享受	这	满的	尽情享用	的	他的	甘草	小块	.

这样才能更好地享受他那些甘草小点心的美味。

[lɔːŋ] ['æftər][hɪm; ɪm] , [aɪ] [riːd] [ʌv; əv] [ə'nʌðər] [ʌv; əv][ðə; ði] [seɪm] [frə'tɜːrnəti] , [ə'pɪʃəs] , [aɪ] [troʊ] ,

Long	after	him	,	I	read	of	another	of	the	same	fraternity	,	Apicius	,	I	trow	,
长的	后	他	,	我	读	的	其他	的	这	相同的	兄弟会	,	阿皮西乌斯	,	我	扔	,

很久以后，我读到了同一兄弟会的另一位成员，阿皮修斯，我想。

[ðæt] [set] [ɔːl][hɪz; ɪz] ['hæpinəs] [ɪn] [gʊd] [tʃɪr] : [bʌt; bət]['lɪt(ə)l]['kredɪt] , [aɪ][ˌeɪ 'em] [ʃʊr] ,

that	set	all	his	happiness	in	good	cheer	:	but	little	credit	,	I	am	sure	,
那	放	全部	他的	幸福	在	好的	欢呼	:	但	小的	信用	,	我	是	当然	,

那让他感到无比快乐：但我确信，这并不能证明什么。

[hiː; hi] [hæθ] [gɑːt][baɪ][ðə; ði] [miːnz] ; [noʊ] [mɔːr] [ðæn; ðən][mæk'sɪmɪnəs] , [fɔːr; fər][ɔːl][hiː; hi][wʌz; wəz]

he	hath	got	by	the	means	;	no	more	than	Maximinus	,	for	all	he	was
他	有	得到	经过	这	方法	;	不	更多的	比	马克西米努斯	,	为了	全部	他	曾是

[æn; ən] ['empərər] ,

an	Emperor	,
一个	皇帝	,

他通过各种手段获得了成功；不过，他并不比马克西米努斯更多，尽管马克西米努斯曾是皇帝。

[baɪ][hɪz; ɪz]['juːzɪŋ] ['evri] [miːl] [tuː; tə] [stʌf] ['ɪntuː][hɪz; ɪz] [pɔːntʃ] ['θɜːrti] [paʊndz] [ʌv; əv] [fleʃ] ,

by	his	using	every	meal	to	stuff	into	his	paunch	thirty	pounds	of	flesh	,
经过	他的	使用	每一个	一顿饭	到	东西	进入	他的	大肚子	三十	磅	的	肉	,

他每顿饭都往肚子里塞三十磅肉，

[bɪ'saɪd] [bred] [ænd; ənd] [waɪn] [tuː; tə] [buːt] .

beside	bread	and	wine	to	boot	.
旁	面包	和	葡萄酒	到	启动	.

此外还有面包和葡萄酒。

[bʌt; bət] ['getə] [dɪ'zɜːrvz] , [ɪn] [maɪ] [ə'pɪnjən] , [ðə; ði] ['mɑːnərki] [ʌv; əv] ['glʌtnz] , [æz; əz] [hiː; hi] [hæd; həd]

But	Geta	deserves	,	in	my	opinion	,	the	monarchy	of	gluttons	,	as	he	had
但	木屐	值得	,	在	我的	观点	,	这	君主制	的	贪食者	,	作为	他	有

[ʌv; əv] [ðə; ði] ['roʊmənz] .

of	the	Romans	.
的	这	罗马书	.

但依我之见，盖塔理应拥有饕餮之王的统治权，就像他统治罗马人那样。

[hɪz; ɪz] [fiːsts] [went] ['ɔːlweɪ] [ə'kɔːrdɪŋ] [tuː; tə] [ðə; ði] ['letərz] [ʌv; əv] [ðə; ði] ['ælfəbet] , [æz; əz] [wen] [piː]

His	feasts	went	alway	according	to	the	letters	of	the	alphabet	,	as	when	P's
他的	盛宴	去	总是	根据	到	这	信件	的	这	字母	,	作为	什么时候	P 的

[tɜːrn] [keɪm] ,

turn	came	,
转动	来了	,

他的宴席总是按照字母顺序进行，比如轮到字母 P 的时候，

[hiː; hi] [wʊd] [hæv; həv] ['plʌvəz] , [ænd; ənd] ['pɑːrtrɪdʒ] , [ænd; ənd] ['piːˌkɔks] , [ænd; ənd] [ðə; ði] [laɪk] ;

he	would	have	plovers	,	and	partridges	,	and	peacocks	,	and	the	like	;
他	会	有	鸻	,	和	鹧鸪	,	和	孔雀	,	和	这	喜欢	;

[ænd; ənd] [soʊ] [ɪn] [ɔːl] [ðə; ði] [rest] ,

and	so	in	all	the	rest	,
和	所以	在	全部	这	休息	,

他会养鸻、鹧鸪、孔雀之类的鸟类；其他地方也是如此。

[hɪz; ɪz] ['teɪbl] [wʌz; wəz] ['ɔːlweɪz] ['fɜːrnɪʃt] [wɪð; wɪθ] [miːts] [huːz] [neɪmz] [bɪ'gæn] [wɪð; wɪθ] [wʌn]

his	table	was	always	furnished	with	meats	whose	names	began	with	one
他的	桌子	曾是	总是	提供	和	肉类	谁	姓名	开始	和	一

[ænd; ənd] [ðə; ði] [seɪm] ['letər] .

and	the	same	letter	.
和	这	相同的	信	.

他的餐桌上总是摆放着各种肉类，这些肉类的名称都以同一个字母开头。

[bʌt; bət] [wʌt] [duː] [aɪ] ['reɪkɪŋ] [ʌp] [ðɪs] ['kæriən] ?

But	what	do	I	raking	up	this	carrion	?
但	什么	做	我	耙草	向上	这	腐肉	?

但我为什么要翻找这些腐肉呢?

[let] [ðem; ðəm] [rɑːt] [ɪn] [ðer; ðər] [kə'rʌpʃ(ə)n] [ænd; ənd] [laɪ] [mɔːr] ['kʌvərd] ['oʊvər] [wɪð; wɪθ] ['ɪnfəmi]

Let	them	rot	in	their	corruption	and	lie	more	covered	over	with	infamy
让	他们	腐烂	在	他们的	腐败	和	说谎	更多的	涵盖	超过	和	骂名

[ðæn; ðən] [wɪð; wɪθ] [ɜːrθ] .

than	with	earth	.
比	和	地球	.

让他们在腐败中腐烂，让他们的耻辱比泥土更浓重。

['oʊnli] ,
Only **,**
仅有的 ,

仅有的，

[tuː; tə] [gɪv] [ðə; ði][wɜːrld]['noʊtɪs] [huː] [hæv; həv] [bɪn] [ðə; ði] [greɪt] ['mæstərz][ʌv; əv] [ðɪs] ['wɜːrði]
to **give** **the** **world** **notice** **who** **have** **been** **the** **great** **masters** **of** **this** **worthy**
到 给 这 世界 注意 WHO 有 到过 这 伟大的 大师 的 这 值得
['saɪəns] [ʌv; əv] ['fɪlɪŋ] [ðə; ði] ['stʌmək] [ænd; ənd] ['fɑːloʊɪŋ] [gʊd] [tʃɪr] ,
science **of** **filling** **the** **stomach** **and** **following** **good** **cheer** **,**
科学 的 填充 这 胃 和 下列的 好的 欢呼 ,

让世人知晓，哪些人是这门滋养胃口、带来愉悦的崇高科学的伟大大师。

[aɪ][hæv; həv] [bɪn] [ɪn'fɔːrst] [tuː; tə] [meɪk] [ðɪs] [rɪ'membrəns] [ʌv; əv][sʌm; səm][ʌv; əv][ðer; ðər] ['gʊdli]
I **have** **been** **enforced** **to** **make** **this** **remembrance** **of** **some** **of** **their** **goodly**
我 有 到过 强制执行 到 制作 这 纪念 的 一些 的 他们的 很好
[ə'pɪnjənz] [ænd; ənd][præŋks] .
opinions **and** **pranks** **.**
意见 和 恶作剧 .

我不得不记录下他们的一些美好见解和恶作剧。

[wɪtʃ] [let] [huː] [soʊ] [wɪl] [biː; bi][ðer; ðər]['pɑːrtnər][ɪn] : [fɔːr; fər][maɪ][pɑːrt] , [aɪ]
Which **let** **who** **so** **will** **be** **their** **partner** **in** **:** **for** **my** **part** **,** **I**
哪个 让 WHO 所以 将要 是 他们的 伙伴 在 : 为了 我的 部分 , 我

这使得谁将成为他们的合伙人：就我而言，我

[[ˌpiː 'dʒiː]['sɛvən]]
[**Pg** **7** **]**
[页 7]

[第7页]

['sɑːləmli] [ə'vaʊ] , [ðæt] [aɪ][faɪnd][noʊ] ['greɪtər] ['mɪzəri] [ðæn; ðən][tuː; tə] ['vɪtl] [ðə; ði][kæmp] ,
solemnly **avow** **,** **that** **I** **find** **no** **greater** **misery** **than** **to** **victual** **the** **camp** **,**
庄严地 承认 , 那 我 寻找 不 更大的 苦难 比 到 食物 这 营 ,

我郑重声明，我所感受到的最大痛苦莫过于为营地提供伙食。

[æz; əz][ðə; ði]['prɑːvɜːrb][ɪz] , ['kræmɪŋ] [ɪn] ['lʌstɪli] ['oʊvər] [naɪt] ,
as **the** **proverb** **is** **,** **cramming** **in** **lustily** **over** **night** **,**
作为 这 谚语 是 , 临时抱佛脚 在 热情地 超过 夜晚 ,

正如谚语所说，一夜之间拼命学习，

[ænd; ənd][tuː; tə][biː; bi] [baʊnd] [nekst] ['mɔːrnɪŋ] [tuː; tə][raɪz] ['ɜːrli] [ænd; ənd][tuː; tə][goʊ][ə'baʊt] ['sɪriəs]
and **to** **be** **bound** **next** **morning** **to** **rise** **early** **and** **to** **go** **about** **serious**
和 到 是 边界 下一个 早晨 到 上升 早期的 和 到 去 关于 严肃的
['bɪznəs] .
business **.**
商业 .

第二天一早还得起床处理要事。

[oʊ] [wʌt] [ə; eɪ] [piːs] [ʌv; əv] ['pɜːrgətɔːri] [ɪz][ˌaɪ 'tiː] , [tuː; tə] [fiːl] [wɪ'ðɪn] [ə; eɪ]['mænz][self] [ðoʊz]
Oh **what** **a** **piece** **of** **purgatory** **is** **it** **,** **to** **feel** **within** **a** **man's** **self** **those**
哦 什么 一个 片 的 炼狱 是 它 , 到 感觉 之内 一个 男人的 自己 那些
[kwɑːmz; kwɔːmz] ,
qualms **,**
疑虑 ,

哦，这该是多么痛苦的煎熬啊，一个人内心竟会感受到这些疑虑！

[ðoʊz] , [ðoʊz] ['swɪmɪŋ] , [ænd; ənd] [ðoʊz] ['flæʃɪŋ] [hiːts] [ðæt] ['fɑːloʊ] [ə'pɑːn]['oʊvər] -
those **gripings** **,** **those** **swimmings** **,** **and** **those** **flashing** **heats** **that** **follow** **upon** **over** **-**
那些 抱怨 , 那些 游泳 , 和 那些 闪烁 加热 那 跟随 之上 超过 -
['iːtɪŋ] !
eating **!**
吃 !

那些抱怨，那些游泳，以及暴饮暴食后随之而来的一阵阵燥热！

[ænd; ənd] [wʌt] [ə; eɪ] [ʃeɪm] , [ɪf] ['aʊər; ɑːr] ['fɔridz] [wɜːr; wər][nɑːt][ʌv; əv] [bræs] ,
And **what** **a** **shame** **,** **if** **our** **foreheads** **were** **not** **of** **brass** **,**
和 什么 一个 耻辱 , 如果 我们的 额头 是 不是 的 黄铜 ,

如果我们的额头不是铜制的，那该是多么遗憾啊！

[ænd; ənd]['aʊər; ɑːr] [frendz] [bɪ'fɔːr] [huːm] [wiː; wi][ækt][ðem; ðəm] , [ɪn'fektɪd] [wɪð; wɪθ][ðə; ði] [seɪm]
and **our** **friends** **before** **whom** **we** **act** **them** **,** **infected** **with** **the** **same**
和 我们的 朋友们 前 谁 我们 行为 他们 , 已感染 和 这 相同的
[dɪ'ziːz] ,
disease **,**
疾病 ,

以及我们当面对待他们的朋友们，他们也感染了同样的疾病。

[wʊd] [ˌaɪ 'tiː][biː; bi][tuː; tə][stænd] [jɔːnɪŋ] , ['stretʃɪŋ] , [ænd; ənd] [ðə; ði] ['kruːdɪtɪ] [ʌv; əv]
would **it** **be** **to** **stand** **yawning** **,** **stretching** **,** **and** **perbreaking** **the** **crudities** **of**
会 它 是 到 站立 打哈欠 , 伸展 , 和 打破 这 粗俗 的
[ðə; ði]['fɔːrmər] ['deɪz] ['sɜːrfɪt] !
the **former** **day's** **surfeit** **!**
这 以前的 天 过量 !

难道要站在那里打哈欠、伸懒腰，吐出前一天吃得太多留下的残羹剩饭吗？

[ɑːn][ðə; ði] ['kɑːntreri] , [wʌt] [ə; eɪ] ['hæpinəs] [duː][aɪ] [pruːv] ,
On **the** **contrary** **,** **what** **a** **happiness** **do** **I** **prove** **,**
在 这 相反 , 什么 一个 幸福 做 我 证明 ,

相反，我证明了我是多么幸福啊！

[wen] ['æftər][ə; eɪ]['soʊbər] ['pɪt(ə)ns] [aɪ][faɪnd] [saʊnd] [ænd; ənd]['kwaɪət] [sliːp] [ɔːl] [naɪt] [lɔːŋ] ,
when **after** **a** **sober** **pittance** **I** **find** **sound** **and** **quiet** **sleep** **all** **night** **long** **,**
什么时候 后 一个 清醒 微不足道 我 寻找 声音 和 安静的 睡觉 全部 夜晚 长的 ,

当我清醒地意识到自己只得到了微薄的收入后，我便能整夜安稳入睡。

[ænd; ənd][æt; ət] [piːp] [ʌv; əv] [deɪ] [get] [ʌp][æz; əz] [freʃ] [æz; əz][ðə; ði] ['mɔːrnɪŋ] [ɪt'self] ,
and **at** **peep** **of** **day** **get** **up** **as** **fresh** **as** **the** **morning** **itself** **,**
和 在 窥视 的 天 得到 向上 作为 新鲜的 作为 这 早晨 本身 ,

黎明破晓时分，像清晨一样神清气爽地起床。

[fʊl] [ʌv; əv] ['vɪgər] [ænd; ənd][æk'tɪvəti][bəuθ][ɪn][maɪnd][ænd; ənd]['bɑːdi] , [fɔːr; fər][ɔːl] ['mænər] [ʌv; əv]
full **of** **vigour** **and** **activity** **both** **in** **mind** **and** **body** **,** **for** **all** **manner** **of**
满的 的 活力 和 活动 两个都 在 头脑 和 身体 , 为了 全部 方式 的
[ə'ferz] !
affairs **!**
事务 !

身心充满活力，精力充沛，能够处理各种事务！

[let] [huː] [wɪl] [teɪk] [hɪz; ɪz] ['pleʒər] [ɪn][ðə; ði] ['fʊlnəs] [ʌv; əv] ['delɪkəts] ;
Let **who** **will** **take** **his** **pleasure** **in** **the** **fulness** **of** **delicates** **;**
让 WHO 将要 拿 他的 乐趣 在 这 充满 的 精致食品 ;

让那些乐于享受精致美味的人去吧；

[aɪ][dɪ'zaɪər][maɪ][pɑːrt] [meɪ] [biː; bi][ɪn] [ðɪs] ['hæpi] [ɪn'dʒɔɪmənt][ʌv; əv][maɪ][self] ,
I **desire** **my** **part** **may** **be** **in** **this** **happy** **enjoyment** **of** **my** **self** **,**
我 欲望 我的 部分 可能 是 在 这 快乐的 享受 的 我的 自己 ,

我希望我能参与到这种自我愉悦的享受中来。

[ɔːl'ðoʊ] [ˌaɪ 'tiː][ʃʊd; ʃəd][biː; bi][wɪð; wɪθ][ðə; ði] [ə'beɪtmənt] [ʌv; əv] [mʌtʃ] [mɔːr] ['kɑːntent][ðæn; ðən]['eni]
although **it** **should** **be** **with** **the** **abatement** **of** **much** **more** **content** **than** **any**
虽然 它 应该 是 和 这 减排 的 很多 更多的 内容 比 任何
['deɪntiz] [kæn; kən] [ə'fɔːrd] .
dainties **can** **afford** **.**
精致小点心 能 买得起 .

尽管它应该减少比任何美味佳肴所能承受的更多的内容。

[wen] [aɪ][wʌz; wəz][læst][æt; ət][me'siːnə] , [maɪ][lɔːrd][æn'toʊnioʊ]['dɔriːə] ,
When **I** **was** **last** **at** **Messina** **,** **my** **lord** **Antonio** **Doria** **,**
什么时候 我 曾是 最后的 在 墨西拿 , 我的 主 安东尼奥 多利亚 ,

我上次在墨西拿的时候，安东尼奥·多利亚大人，

[toʊld][ˌem 'iː] [ðæt] [hiː; hi][wʌz; wəz] [ə'kweɪntɪd] [ɪn] [speɪn] [wɪð; wɪθ][æn; ən][oʊld][mæn] [huː] [hæd; həd]
told **me** **that** **he** **was** **acquainted** **in** **Spain** **with** **an** **old** **man** **who** **had**
讲述 我 那 他 曾是 熟人 在 西班牙 和 一个 老的 男人 WHO 有
[lɪvd] [ə'bʌv] [ə; eɪ] ['hʌndrəd] ['jɪrz] .
lived **above** **a** **hundred** **years** **.**
居住地 多于 一个 百 年 .

他告诉我，他在西班牙认识一位活了一百多年的老人。

[wʌn] [deɪ] ['hævɪŋ] [ɪn'vaɪtɪd][hɪm; ɪm][hoʊm][ænd; ənd] [ˌentər'teɪnd] [hɪm; ɪm] ['sʌmptʃuəsli] , [æz; əz][hɪz; ɪz]
One **day** **having** **invited** **him** **home** **and** **entertained** **him** **sumptuously** **,** **as** **his**
一 天 拥有 受邀 他 家 和 娱乐 他 奢华地 , 作为 他的
['lɔːrdʃɪps] ['mænər] [ɪz] ,
lordship's **manner** **is** **,**
领主的 方式 是 ,

有一天，我按照这位大人的惯例，邀请他到家中做客，并热情款待了他。

[ðə; ði] [gʊd] [oʊld][mæn] [ɪn'sted] [ʌv; əv] [θæŋks] [toʊld][hɪm; ɪm] , “ [maɪ][lɔːrd] ,
the **good** **old** **man** **instead** **of** **thanks** **told** **him** **,** **“** **My** **lord** **,**
这 好的 老的 男人 反而 的 谢谢 讲述 他 , “ 我的 主 ,

这位善良的老人没有道谢，而是对他说：“我的大人，

[hæd; həd][aɪ] [bɪn] [ə'kʌstəmd] [tuː; tə] [ðiːz] [kaɪnd][ʌv; əv] [miːlz] [ɪn][maɪ] [juːθ] ,
had **I** **been** **accustomed** **to** **these** **kind** **of** **meals** **in** **my** **youth** **,**
有 我 到过 习惯 到 这些 种类 的 餐 在 我的 青年 ,

如果我年轻时就习惯了这种饭菜，

[aɪ][hæd; həd]['nevər] [kʌm] [tuː; tə] [ðɪs] [eɪdʒ] [wɪtʃ] [juː; jʊ] [siː] ,
I **had** **never** **come** **to** **this** **age** **which** **you** **see** **,**
我 有 绝不 来 到 这 年龄 哪个 你 看 ,

我从未想过自己会到了你看到的这个年纪。

[nɔːr] [bɪn] ['eɪb(ə)l][tuː; tə] [prɪ'zɜːrv] [ðæt] [helθ] [ænd; ənd] [streŋθ] [bəuθ][ʌv; əv][maɪnd][ænd; ənd]['bɑːdi]
nor **been** **able** **to** **preserve** **that** **health** **and** **strength** **both** **of** **mind** **and** **body**
也不 到过 有能力的 到 保存 那 健康 和 力量 两个都 的 头脑 和 身体
,
,
,

也未能保持身心健康与力量。

[wɪtʃ] [juː; jʊ] [meɪk] [ʃoʊ] [soʊ] [mʌtʃ] [tuː; tə][əd'maɪər][ɪn][ˌem 'iː] .
which **you** **make** **shew** **so** **much** **to** **admire** **in** **me** **.**
哪个 你 制作 展示 所以 很多 到 钦佩 在 我 .

你让我看到了你身上许多值得我钦佩的地方。

” [siː] [naʊ] !
” See now !
” 看 现在 !

“现在就看！”

[hɪəz] [ə; eɪ] [pruːf] ['iːv(ə)n][ɪn]['aʊər; ɑːr][eɪdʒ] ,
here's a proof even in our age ,
这里是 一个 证明 甚至 在 我们的 年龄 ,

即使在我们这个时代，也有这样的证明：

[ðæt] [ðə; ði][leŋkθ; leŋθ][ænd; ənd] ['hæpinəs] [ʌv; əv][menz][laɪvz; lɪvz][ɪn][ðə; ði][oʊld][wɜːrld][wʌz; wəz]
that the length and happiness of men's lives in the old world was
那 这 长度 和 幸福 的 男士 生活 在 这 老的 世界 曾是
['tʃiːfli] [kɔːzd] [baɪ][ðə; ði] [miːnz] [ʌv; əv]['blesɪd; blest] ['tempərəns] .
chiefly caused by the means of blessed temperance .
主要 导致 经过 这 方法 的 蒙福 节制 .

旧世界人们寿命长、生活幸福，主要归功于节制饮食的美德。

[bʌt; bət] [wʌt] [niːd] [mɔːr] [wɜːrdz][ɪn][ə; eɪ] ['mætər] [æz; əz] ['evɪdənt] [æz; əz][ðə; ði] [sʌn] [æt; ət] ['nuːndeɪ] ,
But what need more words in a matter as evident as the sun at noonday ,
但 什么 需要 更多的 字 在 一个 事情 作为 明显 作为 这 太阳 在 午 ,

但对于像正午的太阳一样显而易见的事情，还需要多说什么呢？

[tuː; tə][ɔːl][bʌt; bət] [ðoʊz] [huːz] [breɪnz] [ɑːr; ər] [sʌŋk] [daʊn] ['ɪntuː][ðə; ði]['kwægmaɪər][ʌv; əv][ðer; ðər]
to all but those whose brains are sunk down into the quagmire of their
到 全部 但 那些 谁 大脑 是 沉没 向下 进入 这 泥潭 的 他们的
['stʌməks] ?
stomachs ?
胃 ?

除了那些脑子完全被胃部泥潭吞噬的人之外，其他人呢？

[aɪl] [meɪk] [æn; ən][end][wɪð; wɪθ] [ðæt] [wɪtʃ] ['kænɑːt][biː; bi] [dɪ'naɪd] , [nɔːr] [dɪ'luːdɪd] , [nɔːr]
I'll make an end with that which cannot be denied , nor deluded , nor
患病的 制作 一个 结尾 和 那 哪个 不能 是 否认 , 也不 妄想 , 也不
[rɪ'zɪstɪd, riː'zɪstəd, riː'zɪstɪd] ;
resisted ;
抵抗 ;

我将以无法否认、无法欺骗、无法抵抗的事物来结束这一切；

[soʊ][pleɪn][ɪz][ðə; ði] [truːθ] , [ænd; ənd][soʊ] [greɪt] [ɪz][ðə; ði] [ə'θɔːrəti] [ʌv; əv][ðə; ði]['ɑːrgjumənt] ;
so plain is the truth , and so great is the authority of the argument ;
所以 清楚的 是 这 真相 , 和 所以 伟大的 是 这 权威 的 这 争论 ;

事实如此显而易见，论证如此有力；

[ænd; ənd] [ðɪs] [ˌaɪ 'tiː][ɪz] : [pə'ruːz] [ɔːl]['hɪstɘriːz, 'hɪstriːz][ʌv; əv] [wət'evər] [taɪmz][ænd; ənd]['piːp(ə)l] ,
and this it is : Peruse all histories of whatever times and people ,
和 这 它 是 : 仔细阅读 全部 历史 的 任何 时代 和 人们 ,

这就是：通读所有时代和民族的历史，

[ænd; ənd][juː; jʊ][ʃæl; ʃəl]['ɔːlweɪz][faɪnd][ðə; ði] ['heitəz] [ʌv; əv][ə; eɪ]['soʊbər][laɪf][ænd; ənd] [sper] ['daɪət][tuː; tə]
and you shall always find the haters of a sober life and spare diet to
和 你 将 总是 寻找 这 仇恨者 的 一个 清醒 生活 和 空闲的 饮食 到
[hæv; həv] [bɪn] [swɔːrn] ['enəmi] [ə'genst] ['gʊdnəs] [ænd; ənd]['vɜːrtʃuː] :
have been sworn enemies against goodness and virtue :
有 到过 宣誓 敌人 反对 善良 和 美德 :

你总会发现，那些憎恨节制生活和清淡饮食的人，都是善良和美德的死敌：

['wɪtnəs] ['kɔːldiəs] , [kə'ligjulə] , [ˌhiːliə'^æbələs] , ['kloʊdiəs][ðə; ði][trə'dʒiːdiən] , [vɪ'tɛliəs] , ['viərəs] ,
witness Claudius , Caligula , Heliogabalus , Clodius the tragedian , Vitellius , Verus ,
证人 克劳狄乌斯 , 卡利古拉 , 赫利奥加巴卢斯 , 克洛狄乌斯 这 悲剧人物 , 维特利乌斯 , 对比 ,
[tai'biːriəs] , [ænd; ənd][ðə; ði][laɪk] .
Tiberius , and the like .
提比略 , 和 这 喜欢 .

克劳狄乌斯、卡利古拉、赫利奥加巴卢斯、悲剧家克洛狄乌斯、维特里乌斯、维鲁斯、提比略等人就是见证。

[ænd; ənd][ɑːn][ðə; ði]['kɑːntreri] ,

And	on	the	contrary	,
和	在	这	相反	,

恰恰相反，

[ðə; ði] [frendz] [ænd; ənd] ['fɔːləuəz] [ʌv; əv][sə'braɪəti][ænd; ənd][fruː'gæləti][tuː; tə][hæv; həv] [bɪn] [men]

the	friends	and	followers	of	sobriety	and	frugality	to	have	been	men
这	朋友们	和	追随者	的	清醒	和	节俭	到	有	到过	男人

[ʌv; əv][dɪ'vaɪn]['spɪrɪts] ,

of	divine	spirits	,
的	神圣的	烈酒	,

那些崇尚节俭和自律的朋友和追随者，都是具有神圣精神的人。

[ænd; ənd][moʊst][hɪ'roʊɪkəl] [pə'fɔːmənsɪz] [fɔːr; fər][ðə; ði] ['benɪfɪt] [ʌv; əv][mæn'kaɪnd] ; [sʌtʃ] [æz; əz]

and	most	heroical	performances	for	the	benefit	of	mankind	;	such	as
和	最多	英勇的	表演	为了	这	益处	的	人类	;	这样的	作为

[wɜːr; wər] [ɔː'gʌstəs] ,

were	Augustus	,
是	奥古斯都	,

以及为人类福祉做出的诸多英勇事迹；例如奥古斯都，

[ˌælɪg'zændər] ['sɛvərəs] , ['pɔləs] - , [iˌpæmə'nɔndəs] , ['sɑːkrəˌtiːz] ,

Alexander	Severus	,	Paulus	Æmilius	,	Epaminondas	,	Socrates	,
亚历山大	西弗勒斯	,	保卢斯	-	,	埃帕米农达斯	,	苏格拉底	,

亚历山大·塞维鲁、保卢斯·埃米利乌斯、伊巴密浓达、苏格拉底、

[ænd; ənd][ɔːl][ðə; ði][rest] [huː] [ɑːr; ər] ['redʒɪstərd] [fɔːr; fər] ['eksələnt] [ɪn][ðə; ði][lɪsts][ʌv; əv]['prɪnsəz] ,

and	all	the	rest	who	are	registered	for	excellent	in	the	lists	of	princes	,
和	全部	这	休息	WHO	是	挂号的	为了	出色的	在	这	列表	的	王子们	,

['soʊldʒərz][ænd; ənd] [fɪ'lɒsəfəz] .

soldiers	and	philosophers	.
士兵	和	哲学家	.

以及其他所有在王子、士兵和哲学家名录中名列前茅的人。

[[ˌpiː 'dʒiː][eɪt]]

[	Pg	8	]
[	页	8	]

[第 8 页]

[ə; eɪ] [sper] ['daɪət] [ðen] [ɪz] ['betər] [ðæn; ðən][ə; eɪ]['splendɪd][ænd; ənd] ['sʌmptʃuəs] ,

A	spare	diet	then	is	better	than	a	splendid	and	sumptuous	,
一个	空闲的	饮食	然后	是	更好的	比	一个	灿烂	和	豪华	,

那么，清淡的饮食比丰盛奢华的饮食更好。

[let][ðə; ði] - [ʌv; əv]['aʊər; ɑːr][eɪdʒ]['prætə(ə)l] [wʌt] [ðeɪ] [lɪst] .

let	the	Sardanapaluses	of	our	age	prattle	what	they	list	.
让	这	-	的	我们的	年龄	喋喋不休	什么	他们	列表	.

就让当今的萨达那帕鲁斯们喋喋不休地列举他们列举的东西吧。

['neɪtʃər] , [ænd; ənd]['riːz(ə)n] , [ænd; ənd] [ɪk'spɪriəns] , [ænd; ənd][ðə; ði][ɪg'zæmp(ə)l][ʌv; əv][ɔːl] ['vɜːrtʃuəs]

Nature	,	and	reason	,	and	experience	,	and	the	example	of	all	virtuous
自然	,	和	原因	,	和	经验	,	和	这	例子	的	全部	有德行的

['pɜ˞ːsənz] [pruːv] [ˌaɪ 'tiː][tuː; tə][biː; bi][soʊ] .

persons	prove	it	to	be	so	.
人	证明	它	到	是	所以	.

自然、理性、经验以及所有有德之人的榜样都证明了这一点。

[hiː; hi] [ðæt] [goʊz] [ə'baʊt][tuː; tə] [pər'sweɪd] [ˌem 'iː] ['ʌðərwaɪz] [ʃæl; ʃəl] [luːz] [hɪz; ɪz] ['leɪbər] ,

He	that	goes	about	to	persuade	me	otherwise	shall	lose	his	labour	,
他	那	去	关于	到	说服	我	否则	将	失去	他的	劳动	,

凡试图说服我改变想法的人，必将徒劳无功。

[ðoʊ] [hiː; hi][hæd; həd][hɪz; ɪz] [tʌŋ] [ænd; ənd][breɪn] ['fɜːrnɪʃt] [wɪð; wɪθ][ɔːl][ðə; ði] ['sɑːfɪstri]
though **he** **had** **his** **tongue** **and** **brain** **furnished** **with** **all** **the** **sophistry**
尽管 他 有 他的 舌头 和 脑 提供 和 全部 这 诡辩
[ænd; ənd] ['eləkwəns] [ðæt] ['evər] [griːs] [ænd; ənd] ['ɪtəli] [kʊd; kəd]['dʒɔɪntli][hæv; həv] [ə'fɔːd] .
and **eloquence** **that** **ever** **Greece** **and** **Italy** **could** **jointly** **have** **afforded** **.**
和 口才 那 曾经 希腊 和 意大利 可以 共同 有 提供 .

虽然他拥有希腊和意大利两国加起来所能提供的所有诡辩和雄辩能力。

['futnəuts] :
FOOTNOTES **:**
脚注 :

脚注：

[[ə; eɪ]]
[A]
[一个]

[一个]

[ə; eɪ] [fʊl] [ə'kaʊnt] [ʌv; əv][hɪz; ɪz][laɪf][ænd; ənd][wɜːrks][hæz; həz] [bɪn] [prɪ'perd] [fɔːr; fər][ðə; ði] ['rɔɪəl]
A **full** **account** **of** **his** **life** **and** **works** **has** **been** **prepared** **for** **the** **Royal**
一个 满的 帐户 的 他的 生活 和 作品 有 到过 准备 为了 这 皇家
[sə'saɪəti][ʌv; əv]['lɪtərətʃʊr; 'lɪtrətʃər; 'lɪtrətʃʊr][baɪ][ðə; ði]['prez(ə)nt] ['raɪtər] (“ [træn'zækʃənz] , - ”) .
Society **of** **Literature** **by** **the** **present** **writer** **(** **“** **Transactions** **,** **1899** **”** **)** **.**
社会 的 文学 经过 这 展示 作家 (“ 交易 , - ”) .

笔者已为皇家文学学会撰写了关于他的生平和作品的完整记述（《学会会刊》，1899 年）。

[ðoʊz] [huː] [ɑːr; ər] ['ɪntrəstɪd] [ɪn] ['nɪkələs] [fɝ'ɑːr] [ʃʊd; ʃəd] [kən'sʌlt] [prə'fesər] [dʒeɪ] . [iː] . [biː] .
Those **who** **are** **interested** **in** **Nicholas** **Ferrar** **should** **consult** **Professor** **J** **.** **E** **.** **B** **.**
那些 WHO 是 感兴趣的 在 尼古拉斯 费拉尔 应该 咨询 教授 J . E . B .
['meɪɝz] ['vɑːljəm] [dɪ'voʊtɪd][tuː; tə][hɪm; ɪm][ɪn] “ ['keɪmbrɪdʒ] [ɪn][ðə; ði] [ˌsev(ə)n'tiːnθ] ['sentʃəri] .
Mayor's **volume** **devoted** **to** **him** **in** **“** **Cambridge** **in** **the** **Seventeenth** **Century** **.**
市长的 体积 奉献 到 他 在 “ 剑桥 在 这 第十七 世纪 .

对尼古拉斯·费拉尔感兴趣的人应该参考 JEB Mayor 教授撰写的关于他的著作《十七世纪的剑桥》。

” [[biː]]
” [B]
” [B]

[B]

[kres] , [ɔːr][waɪld][mɪnt] .
Cress **,** **or** **Wild** **Mint** **.**
豆瓣菜 , 或者 荒野 薄荷 .

豆瓣菜，或野薄荷。

[-] [noʊts] :
TRANSCRIBER'S **NOTES** **:**
转录员的 笔记 :

转录员注释：

['ɑːbviəs] [ˌtaɪpə'græfɪk(ə)l] ['erərz] [hæv; həv] [bɪn] [kə'rektɪd] .
Obvious **typographical** **errors** **have** **been** **corrected** **.**
明显的 印刷 错误 有 到过 已更正 .

明显的拼写错误已更正。

[ðə; ði]['kʌvər] ['ɪmɪdʒ] [fɔːr; fər] [ðɪs] ['iːbʊk] [wʌz; wəz] [kri'eɪtɪd] [baɪ][ðə; ði][træn'skraɪbər][ænd; ənd][ɪz]
The **cover** **image** **for** **this** **eBook** **was** **created** **by** **the** **transcriber** **and** **is**
这 覆盖 图像 为了 这 电子书 曾是 创建 经过 这 转录员 和 是
['entərd] ['ɪntuː][ðə; ði]['pʌblɪk][doʊ'meɪn] .
entered **into** **the** **public** **domain** **.**
进入 进入 这 民众 领域 .

这本电子书的封面图片由转录者创作，并已进入公共领域。

©叶兴阳双语音标有声读物.本网站点所有英文书籍内容均来自公共领域资源。

经叶兴阳老师独家注音、翻译与重新排版，享有完整版权。未经授权禁止转载或商用。

听书破万卷
开口如有神